étranger invisible :

Un journal d'audition de voix et d'intrusion astrale

- par B. Edwards



(Veuillez pardonner les erreurs de traduction)

12 juillet 2021

Cela fait un petit moment que je n'ai pas écrit de journal, enfin au moins deux mois depuis que j'ai terminé mon dernier journal. Je savais que j'allais être trop débordée de travail au début de l'été pour m'y consacrer autant que je le voulais. Eh bien, me voilà... Je suis de retour, je mets les choses à jour. Par où commencer ?

Cette situation d'attachement esprit/entité est toujours en cours. C'est le sujet principal de mes journaux, donc je vais mettre les choses à jour avec cela. Mais laissez-moi d'abord vous brosser un tableau de la situation. Nous approchons de la mi-juillet et jusqu'à présent, l'été a été chaud par ici. Je pense qu'il est censé faire dans les 90° toute la semaine. Le travail a été extrêmement chargé ces deux derniers mois. Je savais qu'il le serait. Je suis toujours occupé à cette époque de l'année, c'est essentiellement ma saison de travail. Pourtant, je savais que cette année serait particulièrement chargée. C'est une conséquence directe de la situation de pandémie.

Alors que la pandémie a causé beaucoup de problèmes et de tensions dans certaines industries, dans l'industrie dans laquelle je travaille, elle a provoqué un boom et les choses sont devenues plus occupées à mon travail. C'est dur. Je veux dire que je sais qu'il est bon d'être occupé par le travail, d'avoir un emploi stable et un salaire régulier et tout le reste. Pourtant (et c'est juste un reproche personnel), avec ce qui se passe dans ma vie avec cette situation d'attachement, j'ai parfois l'impression que ce n'est pas une bonne chose pour moi d'être trop occupée et stressée. Parfois, les choses sont plus occupées que je ne le voudrais pour moi, pour ma propre santé mentale.
Quand je suis aussi occupé, il y a beaucoup d'anxiété, beaucoup de tension mentale. Dans le passé, ces attachements d'entités ont profité de cela et cela a rendu les choses encore pires pour moi. Cependant, parfois, cela va dans l'autre sens. Je dirais que, le plus souvent, lorsque je suis extrêmement occupé par mon travail, cela atténue l'impact de cette situation d'attachement sur ma vie. Le travail me permet de m'occuper. Il occupe mon esprit et repousse la présence de ces voix, du moins une partie du temps. Lorsque je suis très occupé au travail, je ne capte pas autant le contenu des voix…
C'est donc essentiellement une sorte d'arme à double tranchant, il y a les bons et les mauvais côtés.

Pour en venir à la situation d'attachement elle-même. Eh bien, comme je l'ai dit, c'est toujours en cours. J'en suis encore principalement à n'entendre qu'une seule voix sur une base régulière, au jour le jour. C'est la voix principale, la voix féminine, la voix que j'entends depuis 2015. C'est la même voix que j'ai entendue pour la première fois sur un enregistrement à l'époque où j'expérimentais la PVE cet hiver-là. De temps en temps, il semble encore que d'autres voix apparaissent, mais elles ne restent pas et en fait, les incidents d'audition d'autres voix à part cette voix féminine, deviennent encore moins fréquents.

Il suffit de comparer la façon dont j'entends les voix maintenant à la façon dont je les entendais en 2015, à l'époque j'entendais plusieurs voix et parfois cela semblait extrêmement écrasant. Je ne suis pas exactement sûr quand cela a commencé à changer, cela a probablement commencé en 2017, peut-être 2018. Mais juste progressivement au fil du temps, le nombre de voix distinctes a semblé diminuer. Le plus que j'ai entendu c'était pendant le mois d'avril 2015, surtout la première moitié de ce mois.... pendant ce que j'appelle "les deux semaines d'enfer". C'est à ce moment-là que j'entendais de multiples voix, des dizaines et des dizaines probablement. Cependant, même à cette époque, cette voix féminine particulière se démarquait comme l'une des plus présentes. Depuis un certain temps maintenant, c'est principalement cette voix féminine que j'entends. Et comme j'en ai parlé dans mes autres journaux, il y a aussi d'autres aspects à ma situation que d'entendre des voix. Il y a aussi l'aspect physique. C'est quand je ressens des sensations physiques/corporelles directes. Ces sensations se produisent généralement la nuit, lorsque je suis au lit et que j'attends de m'endormir. Ce phénomène est toujours en cours.

Cependant, je dirais que les choses se sont un peu stabilisées dans ma situation. Cette voix est toujours là, je l'entends toujours tous les jours. Mais elle ne m'a pas trop perturbé, ni causé trop de détresse récemment. Je pense que c'est en partie parce que j'ai été tellement distrait par le travail, mais aussi parce qu'avec le temps .... je me suis désensibilisé à la présence de cette entité. J'irais même jusqu'à dire qu'au cours des deux derniers mois, depuis que j'ai écrit mon dernier journal, une sorte de paix fragile s'est installée.....well presque. Laissez-moi essayer d'expliquer cela, parce que d'une certaine manière, la paix n'est peut-être pas le mot juste ici, mais d'une certaine manière.... c'est peut-être quelque chose comme ça.

Cette voix est moins hostile ces derniers temps, mais cela ne signifie pas qu'elle est totalement non hostile. Cette voix continue à me lancer des critiques et souvent, elle continue à parler par énigmes et à jouer à des jeux d'esprit... ce qui, à mon avis, est toujours une forme d'hostilité à mon égard. Cette voix continuera à dire des choses cryptiques et mystérieuses et il est très clair pour moi que, le plus souvent, l'intention est simplement de m'embrouiller l'esprit. Par exemple, il y a quelques jours, je me suis réveillé le matin et alors que j'étais allongé dans mon lit, à peine les yeux ouverts, j'ai entendu cette voix dire quelque chose comme "les extraterrestres attaquent votre planète", ou "attaquent votre espèce psychologiquement". Je veux dire que cette affirmation m'a été lancée littéralement dès que j'ai ouvert les yeux. La voix aurait pu dire "bonjour" ou "quelle belle journée" ou quelque chose comme ça, mais non... Je suis frappé avec ça.

Et puis la nuit dernière, la voix parlait d'une manière très religieuse, ce qu'elle fait encore de temps en temps. Elle parlait essentiellement de mes péchés et de la façon dont j'ai perdu "ma relation spéciale avec Dieu". En fait, j'ai trouvé ce que j'entendais la nuit dernière un peu déstabilisant. Oui, je suis plus désensibilisé maintenant, mais il m'arrive encore d'entendre ce genre de choses ou d'être troublé d'une certaine manière. Je suppose qu'il y a juste ce facteur où je commence à penser... "Et si ?" "Et si cette voix... cet esprit... cet être d'au-delà de ce monde me disait la vérité ?"

Ce qui est frustrant, c'est que les histoires continuent de changer. Il y a eu peu ou pas de progrès dans ce domaine. Par exemple, l'autre matin, j'entendais parler d'extraterrestres qui envahissent notre monde, et hier soir, j'entends parler de ma relation avec Dieu. Je ne dis pas qu'il ne peut pas y avoir de connexion quelque part, c'est juste que cela semble toujours aller et venir si souvent. Cela dure depuis un certain temps. En fait, c'est un changement qui s'est produit il y a un certain temps.

Au début de la situation, en 2015... en 2016, voire 2017 je dirais, j'ai observé que les voix passaient plus de temps à être des brutes. Elles me frappaient avec des insultes et des critiques la plupart du temps. Oui, elles concoctaient toujours ces histoires élaborées… mais c'était un peu plus un mélange à l'époque entre ça et le fait d'être plus malicieux. Eh bien, je suppose que vous pourriez dire que c'est toujours un peu un mélange récemment. Mais les jeux d'esprit et les histoires semblent être devenus la principale chose que cette voix utilise pour essayer d'obtenir une réaction de ma part. Avec le temps, j'ai appris à prendre ce que j'entends de cette voix féminine (et de toute autre voix intruse que je pourrais entendre) avec un grain de sel. Je ne le considère pas comme une vérité au premier degré. Je ne dis pas que je l'ai fait dans le passé, ces voix changeaient toujours leurs histoires, mais le facteur "et si ?" .... le facteur inconnu m'a beaucoup perturbé au début. Maintenant, je ne le laisse plus autant m'atteindre. Et comme je l'ai écrit précédemment, il s'agit d'une évolution très importante de ma situation personnelle et de mes rapports avec ces voix. C'était au moins un aspect de la situation où je pouvais leur enlever une grande partie de leur pouvoir.

Oui, il y a différents aspects de cette situation pour moi. Il y a l'aspect des voix, il y a l'aspect physique, il y a l'aspect des intrusions dans les rêves, il y a aussi l'aspect visuel. Mais je crois qu'une chose sur laquelle ces entités se concentrent beaucoup, c'est l'aspect psychologique. Elles veulent vraiment voir jusqu'où elles peuvent aller dans la tête d'une personne. Au début, elles semblaient excessivement dominatrices, comme si elles essayaient d'établir une domination sur moi...., un certain niveau de contrôle et la possibilité d'une manipulation. J'ai observé qu'ils essayaient d'y parvenir en jouant à de nombreux jeux d'esprit. Cela peut impliquer de concocter des histoires élaborées pour essayer de vous effrayer ou de vous causer de l'anxiété ou de la détresse d'une manière ou d'une autre. J'en sais quelque chose, car j'avoue avoir été très affecté par ce que ces voix me disaient au début. Dès le début, j'avais de sérieux soupçons sur le fait que ces entités semblaient incapables de s'en tenir à une seule histoire et qu'elles me trompaient très probablement dans une large mesure. Cependant, je ressentais toujours beaucoup d'anxiété à cause de ce facteur "et si ?". Pourtant, j'ai pu faire

quelque chose à ce sujet. Je me suis essentiellement entraîné à ne pas tenir compte de ce que les voix me disaient, ou du moins à ne plus les laisser m'atteindre. Cela ne s'est pas fait du jour au lendemain..... c'était un processus, mais c'est devenu plus facile à faire avec le temps.

Aujourd'hui, la situation est complètement différente de ce qu'elle était au début. C'est vrai que parfois, je peux encore ressentir une certaine appréhension à propos de quelque chose que j'entends de cette voix, comme la nuit dernière avec toutes les discussions religieuses, mais ce n'est pas quelque chose qui reste avec moi ou qui est coincé dans ma tête pendant des jours et je reste à y penser pendant longtemps. C'était comme ça tout à l'heure, mais plus maintenant. Même si je ressens une certaine appréhension à propos de quelque chose que j'entends de cette voix, cette appréhension ne dure pas très longtemps ces jours-ci. J'ai appris à l'ignorer ou à l'écarter... ou simplement à ne plus la laisser m'atteindre. Et en vérité, je pense que j'ai vu moins d'efforts dans cette tactique de jeux d'esprit. Oui, cette voix utilise encore certainement des jeux d'esprit pour essayer d'obtenir une réaction de ma part, mais ce n'est pas au même niveau que par le passé. Ces jours-ci, j'entends beaucoup de ce que je suppose que vous pourriez appeler des commentaires ou des opinions. Cette voix fait des commentaires sur certains aspects de ma vie, ou sur quelque chose qui se passe dans ma vie à un moment donné, et exprime simplement une opinion. Ce n'est pas nécessairement hostile, c'est plutôt une conversation informelle. Parfois, cela peut encore être intrusif, mais je dirais que les choses se sont un peu détendues.
Pour en revenir à ce qui s'est passé ces deux derniers mois .... Oui, j'entends toujours cette voix, et les jeux d'esprit continuent, mais à un degré moindre. L'aspect physique est toujours là aussi. Je ressens toujours ces sensations, ce sentiment de… une présence sur mon corps pratiquement tous les soirs lorsque je suis au lit et que j'essaie de m'endormir.

Comme je l'ai déjà dit dans mes autres journaux, d'une certaine manière... les sensations physiques peuvent refléter les voix en ce sens que parfois elles semblent très hostiles, les sensations semblent avoir pour but de me perturber, de m'empêcher de m'endormir par exemple. Parfois, elles ressemblent à une attaque en règle. Mais d'autres fois, je ressens simplement une présence. Souvent, cette présence est juste là, accrochée à mon corps, elle bouge un peu, mais ne fait pas grand-chose. J'ai mentionné à plusieurs reprises que cette sensation d'accrochage m'a souvent donné l'impression qu'une sorte de fuite d'énergie avait lieu ici. Je ressens littéralement une présence juste là... attachée à mon corps. Je sais qu'elle fait quelque chose, mais quoi ? Cela n'a pas beaucoup changé au cours des deux derniers mois.

Sur une note plus positive, j'ai cessé de prendre des somnifères pratiquement tous les soirs. En fait, je n'en ai pratiquement pas pris du tout ces deux derniers mois. C'est en fait un changement très important dans ma situation. Je me suis appuyé sur un somnifère pour m'aider à m'endormir le soir en remontant au tout début, au printemps 2015. Ce n'est pas une exagération, cela fait littéralement aussi longtemps. C'était le cas où je prenais un somnifère pratiquement tous les soirs avec seulement de très brefs intervalles sans ici et là, probablement seulement quelques fois par an. Ce n'était pas quelque chose dont je me réjouissais, mais après avoir traversé toute l'épreuve de voir ma routine de sommeil vraiment perturbée et

déréglée par ces entités au début, j'ai toujours pensé que c'était quelque chose dont j'avais encore besoin, que je ne pouvais pas prendre le risque de voir mon sommeil perturbé à un tel degré. J'ai observé très tôt que ces entités ciblaient délibérément ma routine de sommeil à un degré extrême. J'ai également observé que lorsqu'elles y parvenaient, lorsque je passais plusieurs jours sans dormir beaucoup, ces voix devenaient plus fortes et semblaient beaucoup plus menaçantes.

Et puis, bien sûr, il y a eu cet incident que j'ai vécu au début du mois de février 2019.... où j'ai passé quelques jours d'affilée en ne dormant pratiquement pas et un jour de cette semaine-là, les voix sont devenues aussi fortes qu'elles l'étaient pendant les pires jours, pendant les journées infernales et cauchemardesques de début avril 2015. Heureusement, dans ce cas, cette escalade n'a duré qu'un seul jour. Il a suffi d'une bonne nuit de sommeil pour que les choses se calment. C'est le somnifère qui m'a aidé cette nuit-là.

J'avoue que j'avais aussi une certaine appréhension à l'idée qu'ils ciblent mes rêves ou qu'ils les modifient à nouveau de manière délibérée. Cela n'arrive pas si souvent, c'est comme si j'étais frappé par une vague d'intrusions dans mes rêves pendant un certain temps, puis tout s'arrête. La dernière grande vague de ce phénomène s'est produite l'année dernière, en 2020. Il faudrait que je vérifie mes anciens journaux pour voir quand exactement, mais je me souviens que pendant quelques semaines ou même quelques mois, j'ai fait régulièrement des rêves étranges et souvent dérangeants qui semblaient très différents d'un rêve normal..... En fait, j'ai observé que ces entités attachées avaient la capacité de perturber mes rêves depuis les premiers jours de 2015, mais ce n'est pas toujours quelque chose qu'elles font fréquemment. Mais encore une fois, c'est quelque chose qu'ils peuvent faire et qu'ils semblent faire à certains moments.

Dans les quelques cas où j'ai essayé de ne pas prendre de somnifère pendant quelques jours d'affilée, j'ai observé que les rêves étranges semblaient revenir. Ou du moins, j'avais l'impression d'être plus ouverte et vulnérable à ces rêves étranges et à ces intrusions oniriques si je ne prenais pas de somnifère. J'ai beaucoup parlé de ce que j'appelle "la zone intermédiaire" dans mes autres journaux. C'est cet état de conscience où l'on n'est pas complètement éveillé, mais où l'on n'est pas non plus complètement endormi. Pour moi, il semble que c'est exactement cela, cette sorte de zone intermédiaire brumeuse entre les deux états de conscience (......). J'ai observé au fil des ans, depuis que tout cela a commencé, que lorsque je suis dans cette zone intermédiaire, il semble que je sois plus ouvert, plus vulnérable aux intrusions de ces entités. Il semble qu'elles aient beaucoup plus de force, que leurs capacités augmentent lorsque je suis dans cet état. J'ai également observé que lorsque je ne prenais pas de somnifère, il semblait que j'étais plus susceptible de m'attarder dans cette zone intermédiaire pendant un certain temps et c'est là que j'ai eu beaucoup de ces incidents étranges.

En fait, à plusieurs reprises, j'ai eu l'impression de faire un rêve (généralement un rêve désagréable) alors que je savais que je ne m'étais même pas encore endormi. C'est difficile à décrire, mais c'était littéralement comme si j'étais entraîné dans un rêve avant de m'endormir.

Je veux dire, bien sûr, ... faire un rêve où vous n'êtes pas sûr que c'est un rêve ou non n'est probablement pas si rare, mais cela va plus loin. Je veux dire qu'il semble littéralement que vous commencez à rêver et vous savez juste, vous savez que vous ne vous êtes pas encore endormi. Il y a juste quelque chose d'étrange et de très différent par rapport à ce que je considérerais comme un rêve normal. Ce sont toutes des choses dont j'ai parlé de manière beaucoup plus approfondie et détaillée dans des journaux précédents. La bonne nouvelle, c'est que je n'ai pas fait l'expérience de ces intrusions oniriques récemment. Je craignais un peu que lorsque j'arrêterais de prendre le somnifère, ils recommenceraient, mais cela ne s'est pas encore produit. En fait, il semble que je ne m'attarde pas tant que ça dans cette zone intermédiaire la nuit ces jours-ci. Maintenant, je pense que cela peut être attribué au fait que je suis simplement fatiguée d'être si occupée au travail. Je veux dire que je me sens épuisée la plupart des jours de travail à un certain degré. Donc, quand je me glisse dans mon lit le soir, je suis généralement prête à tomber dans un sommeil profond.

Mais il arrive encore que je ne tombe pas tout de suite dans un sommeil profond. Il y a toujours ce temps où je ressens ces sensations physiques. Mais j'ai eu la chance de pouvoir m'endormir en un temps assez court... peut-être vingt minutes ou quelque chose comme ça. Avant, il me semblait que je restais dans cette zone intermédiaire pendant un certain temps, parfois pendant des heures. Ce qui est étrange, c'est que j'avais aussi l'impression de perdre toute notion du temps. Je ne pouvais pas dire si les minutes ou les heures passaient.
Je suppose que la grande question est la suivante : est-ce que cela va durer une fois que les choses au travail commenceront à se calmer pour moi... ou est-ce que ce sera le moment où les intrusions dans les rêves réapparaîtront ? Est-ce que je me sentirai obligé de recommencer à prendre régulièrement le somnifère une fois que les choses se seront calmées au travail ? Je ne sais pas, je ne sais tout simplement pas. Je suppose que je dois juste attendre et voir comment ça se passe. Mais pour l'instant, l'abandon du somnifère n'a pas posé de problème, il a été beaucoup plus facile que je ne l'espérais.... alors je vais continuer à le faire.

15 juillet 2021

Nous sommes le jeudi 15 juillet. Je n'ai pas grand-chose à dire, mais j'ai envie de divaguer. Je vais probablement me plaindre de mon travail ici pendant un moment. C'était une autre semaine mouvementée au travail. C'est toujours la période la plus chargée, on peut dire. Dans une année normale, les choses devraient commencer à se calmer au moins un peu maintenant. Mais on dirait que cette année, c'est de plus en plus mouvementé. Il y a juste beaucoup de choses qui me tombent dessus dans mon travail. Il y a des appels téléphoniques, des courriels, des problèmes et des situations, et certains jours, j'ai l'impression que je ne peux rien faire parce que je ne peux pas passer assez de temps à me concentrer sur chacune de ces situations. D'une certaine façon, c'est occupé, mais pour ce qui est de la productivité réelle, j'ai l'impression de ne pas faire grand-chose parce que je ne peux pas me concentrer sur une seule

chose à la fois.... c'est juste du non-stop .....nonstop.....nonstop qui m'arrive. Et je suis fatiguée, je me sens fatiguée mentalement et physiquement.

Comme je le disais dans mon dernier article, j'ai réussi à ne pas prendre de somnifère pendant un certain temps, mais j'ai toujours l'impression que ma routine de sommeil est un peu déréglée. Je pense que mon horloge interne est un peu déréglée en ce qui concerne le sommeil. Je me réveille toujours vers cinq heures et demie ou six heures du matin. Certains matins, j'essaie intentionnellement de me lever aussi tôt parce que je dois m'occuper d'un problème lié au travail, mais c'est juste que matin après matin, je me réveille aussi tôt. Le problème, c'est que je ne me mets pas au lit pour m'endormir avant onze heures ou minuit en moyenne. Si je me couchais plus tôt, je me sentirais peut-être un peu plus reposé, mais une partie de moi n'en a pas envie, je veux rester debout et lire ou regarder un film ou faire quelque chose qui m'intéresse. Je ne veux pas que mon quotidien se résume à aller au travail..... rentrer à la maison .... me coucher presque tout de suite.... me réveiller tôt.... aller au travail.... rentrer à la maison.... me coucher tôt. J'ai fait cela pendant un certain temps dans le passé. Je rentrais du travail à cette époque de l'année et je m'endormais.... parfois vers sept ou huit heures du soir. Bien sûr, quand je me réveillais, je me sentais très reposé, le seul problème était que je me réveillais parfois au milieu de la nuit. Je me réveillais souvent à deux ou trois heures du matin, ce qui perturbait mon horloge interne. Donc, il semble que je ne puisse pas gagner dans les deux cas.

Depuis quelques mois, je passe ma semaine de travail sans vraiment bien dormir et le dimanche (mon jour de congé), je me réveille généralement un peu plus tard, peut-être vers neuf heures du matin. Mais vers midi, je me sens à nouveau très fatiguée et je retourne au lit pour me reposer un peu les yeux, sans vouloir tomber dans un sommeil profond, mais je finis par m'endormir pendant quelques heures. Donc, au moins une partie de mon jour de congé hebdomadaire est consacrée au sommeil au milieu de la journée. Quoi qu'il en soit, je ne veux pas trop me plaindre ici, je dis simplement que même si je suis très heureuse d'avoir réussi à ne plus prendre de somnifère tous les soirs, j'ai l'impression que mon sommeil ne s'est pas vraiment amélioré grâce à cela. Et je disais dans le journal que j'ai fait l'autre jour .... que la seule raison pour laquelle j'ai réussi à ne plus prendre de somnifère est probablement que j'ai été très fatigué par ce genre de travail. Ce n'est pas tellement une fatigue physique, mais plutôt une fatigue mentale. On pourrait dire que je suis mentalement épuisé. Pourtant, je suis quand même content d'avoir réussi à me passer du somnifère aussi rapidement et aussi facilement que je l'ai fait. Je pensais que ce serait beaucoup plus difficile, et je pense que cela aurait probablement été plus difficile si cela avait été en hiver, quand les choses sont plus lentes pour moi au travail.

En fait, au début du printemps, je crois, j'ai essayé de me passer de somnifère, mais je n'ai tenu que quelques jours avant de commencer à avoir des incidents de plus en plus graves avec cet attachement à une entité. Je ne me souviens pas exactement de ce que c'était, il faudrait que je retourne voir ce que j'ai écrit dans mon journal à ce moment-là, mais il se pourrait que les rêves étranges aient recommencé, ou que les sensations physiques aient commencé à empirer et à sembler plus délibérément perturbatrices. Je fais référence à ce dont je parlais l'autre jour, à

savoir que les sensations physiques, la présence physique de cette entité, de cet être... est toujours présente pratiquement chaque nuit, mais parfois je ressens juste la présence et c'est à peu près tout. Mais d'autres fois, ces sensations corporelles semblent avoir pour but de me perturber, de me donner du fil à retordre lorsque j'essaie de m'endormir.

Parfois, les sensations physiques sont tellement plus intenses que je les considère comme une attaque physique pure et simple. Je n'ai pas connu beaucoup de ces attaques physiques récemment. Je dirais que cela fait quelques semaines que je n'ai pas vécu un de ces incidents plus graves. Je sais que l'un des derniers s'est produit dans la journée, un dimanche, mon jour de congé. C'était il n'y a pas si longtemps, mais au moins il y a quelques semaines. C'était un dimanche où.... comme je viens de le décrire.... Je me sentais fatigué et je me suis mis au lit au milieu de la journée. Je me suis endormi pendant quelques heures... un sommeil profond. Pour une raison ou une autre, les sensations physiques ont commencé soudainement et étaient d'une intensité extrême. Si ma mémoire est bonne, ce n'était pas vraiment des sensations comme des piqûres ou autre chose du genre... comme c'est parfois le cas. C'était plutôt le poids de la présence, son intensité.

J'ai parfois décrit l'expérience de cette présence physique comme comparable à quelque chose comme le poids d'un chat. Si vous étiez allongé dans votre lit et que vous sentiez un chat sauter sur votre poitrine..... c'est un peu pareil. Ce n'est pas terriblement lourd, mais c'est suffisamment lourd pour que vous le sentiez, vous savez qu'il y a quelque chose sur votre poitrine, vous ne pouvez pas vous tromper. Eh bien, l'incident d'il y a quelques semaines, ce dimanche après-midi, ressemblait davantage à un gros chat sautant sur votre poitrine. Et ce n'est pas exactement une analogie parfaite car les caractéristiques de la présence ne correspondent pas vraiment à celles d'un chat. Je n'essaie pas de dire que c'est le cas ici, j'essaie juste de trouver quelque chose qui soit comparable en ce qui concerne le poids de la présence, la sensation du poids de la présence.

Heureusement, je n'ai pas eu d'incidents graves récemment en ce qui concerne l'aspect physique de cette situation. Cependant, la présence physique... les sensations..... sont toujours là chaque nuit pour la plupart. Peut-être que de temps en temps, elles sont si minimes qu'elles ne représentent presque rien, mais la plupart des nuits, elles sont indubitablement là. Récemment, c'est surtout le sentiment de percevoir une présence qui s'accroche à moi, qui s'agrippe à moi. Cela ne m'empêche pas vraiment de m'endormir, du moins pas ces jours-ci, et c'est peut-être en partie parce que j'ai été épuisé par le travail.

Il y a cependant un côté psychologique à cet aspect physique, et j'en ai parlé assez longuement dans mes journaux. L'aspect physique....sentir ces sensations, sentir cette présence littéralement sur mon corps, me frappe assez souvent avec la réalité de cette situation. Parfois, c'est comme si on me giflait avec la réalité de tout cela, et cela peut être un sentiment plutôt déstabilisant pour moi, encore parfois. J'entends toujours cette voix féminine tous les jours, mais cela va plus loin... c'est…

va bien au-delà de ça. Cette voix que j'entends est accompagnée d'une présence physique très prononcée.
Je partage mon histoire ouvertement, ce n'est pas un secret, et au fil des ans, de nombreuses personnes m'ont dit que ce n'était qu'une illusion, que c'était juste dans ma tête. J'ai partagé mon histoire sur de nombreux forums de discussion sur le paranormal sur Internet. Je ne le fais plus tellement ces jours-ci, mais je l'ai fait par le passé. J'ai souvent été surpris par le nombre de personnes qui fréquentent ces forums paranormaux et qui sont très sceptiques à l'égard du paranormal ou qui n'y croient tout simplement pas. Je ne dis rien à ce sujet, je veux dire que ce sont leurs croyances personnelles et ils y ont certainement droit, mais j'ai toujours été un peu surpris du nombre de personnes qui ont ces opinions et qui fréquentent les forums sur le paranormal. Je veux dire que j'étais en train de parler d'une expérience que je crois être de nature paranormale et un bon pourcentage des réponses provenait de sceptiques purs et simples. Au début, cela m'agaçait un peu, mais je m'y suis désensibilisé. J'ai constaté que, bien souvent, les sceptiques se concentraient sur l'aspect des voix ou des EVP . Puisque ma situation implique l'enregistrement de EVP avec la façon dont tout a commencé en 2015, certains de ces sceptiques se concentraient sur cela. J'ai reçu de nombreux commentaires disant que je ne faisais qu'entendre des modèles dans le bruit de mes enregistrements.... c'était juste mon esprit qui me jouait des tours. Ils disaient à peu près la même chose à propos de l'audition des voix en dehors des enregistrements. Peut-être pas tout le temps, mais il y avait beaucoup de ces commentaires.

J'ai compris, je comprends, je sais que mon histoire a l'air plutôt extravagante. Comme je l'ai toujours dit, si j'étais tombé sur ma propre histoire sur Internet il y a dix ou quinze ans, je ne sais pas ce que j'en aurais pensé. Mais ce que je n'ai jamais pu transmettre correctement à ces gens, c'est que ça allait au-delà de tout ça. Entendre les voix, et entendre la seule voix qui reste ces jours-ci, était et reste l'aspect principal de ma situation.

De toutes les autres activités qui se produisent, entendre les voix (ou maintenant cette voix.... au singulier) est ce qui se produit le plus. Pourtant, pratiquement tous les jours encore, si je suis allongé dans mon lit.... de jour comme de nuit, la voix est accompagnée d'une présence physique très prononcée. L'une des sensations les plus fréquentes que j'éprouvais était cette étrange sensation de vibration que je ressentais sur mon corps. J'ai décrit cette sensation particulière à de nombreuses reprises dans mes précédents journaux. En fait, je n'avais pas l'impression de vibrer, mais plutôt de sentir que quelque chose se trouvait sur moi, ou même dans le même espace que moi, et que je le sentais vibrer. Le plus souvent, cette sensation de vibration n'englobait pas tout mon corps, ni même la majeure partie de mon corps. La plupart du temps, il s'agissait de quelque chose de la taille d'un ballon de football, qui se déplaçait souvent sur mon corps. Lorsque je me mettais au lit le soir, je le sentais souvent sur l'une de mes jambes et il commençait à se déplacer sur ma poitrine, puis atteignait mes épaules.

Je me souviens qu'il y a quelques années, alors que je discutais de ma situation sur Internet, quelqu'un a lancé l'idée que je vivais peut-être un petit tremblement de terre. Je ne sais pas quoi répondre à cela, si ce n'est que quoi que ce soit que je vivais, cela ne ressemblait en rien à un tremblement de terre pour moi. D'abord, comme je l'ai dit, je n'ai même pas eu l'impression

de vibrer. Ce n'était pas comme si moi ou l'environnement autour de moi vibrait, c'était quelque chose de beaucoup plus petit, beaucoup plus localisé et je pouvais le sentir se déplacer sur mon corps et il vibrait. Je sais que je divague un peu ici, mais au fond, une partie de moi a toujours souhaité que les sceptiques puissent…

faire l'expérience d'au moins une nuit de cela. Maintenant, je ne souhaiterais jamais cette condition, cette situation à quiconque... jamais, ...mais s'ils pouvaient juste en faire l'expérience une nuit, une nuit à entendre la voix..... les voix qui ont aussi une présence physique, alors peut-être qu'ils ne seront pas si prompts à lancer des commentaires comme si c'était un tremblement de terre. Encore une fois, je ne suis pas troublé par ces commentaires, j'essaie simplement de souligner qu'il y a vraiment quelque chose qui se passe ici, c'est très réel et je sais que je ne suis pas le seul à vivre de telles choses. Je me suis souvent demandé s'il n'y avait pas un moyen de surveiller ces sensations, ces mouvements que je ressens. Je me suis demandé s'il existait une sorte d'instrument que je pourrais attacher à moi-même et qui détecterait ces sensations physiques. Je suis sûr qu'il existe quelque chose de ce genre, mais je n'ai pas accès à ce type d'équipement, du moins pas pour le moment. Cependant, je serais très curieux de voir quel serait le résultat.

J'ajoute que parfois je perçois la présence physique sans qu'elle soit directement sur moi. Je la sens se déplacer sur le lit autour de moi. Cela ne s'est pas produit très souvent récemment, mais j'en ai fait l'expérience à plusieurs reprises auparavant. Je sens une petite présence sur le lit avec moi, qui se déplace. Je la sens déplacer un peu la couverture, je sens son léger poids sur le lit, parfois j'entends même les ressorts du matelas bouger. Ce n'est jamais quelque chose d'extrême, mais c'est là, c'est certainement perceptible pour moi. Dans ces cas, il ne s'agit pas d'une sensation physique sur mon corps, mais de la perception d'une présence physique sur un autre objet très proche de moi. Je serais intéressé par la réalisation de quelques expériences avec cela, mais encore une fois... je ne pense pas que ce soit quelque chose que je puisse poursuivre pour le moment, je n'ai pas beaucoup d'argent à dépenser ces jours-ci malheureusement. Cependant, peut-être qu'un jour je le ferai. Je ne suis pas opposé à l'idée de mener des expériences pour voir si je peux réellement documenter la présence de cet attachement d'entité d'une manière plus scientifique.

Il y a même eu des moments où j'ai pensé à refaire des enregistrements EVP, mais ces pensées ne durent généralement pas très longtemps. Je dois mentionner qu'il m'arrive très occasionnellement de capturer un ou deux EVP sans le vouloir. Cela n'arrive pas très souvent, mais de temps en temps, je fais une vidéo avec mon téléphone... c'est généralement quelque chose en rapport avec mon travail, et je regarde la vidéo et presque immédiatement, j'entends une voix mystérieuse sur la vidéo. Le plus souvent, c'est la même voix féminine, je la reconnais presque instantanément. En fait, il y a eu un petit incident de ce genre il y a quelques semaines, le jour du 4 juillet. J'étais dehors sur ma terrasse arrière au crépuscule...... le soleil se couchait et il y avait des gens qui allumaient des feux d'artifice à proximité. J'avais mon téléphone sur moi, alors j'ai décidé de filmer rapidement le coucher du soleil et tous ces feux d'artifice dans les environs. Lorsque j'ai regardé cette vidéo, je crois avoir entendu une voix faible dire "Wow". On pourrait dire qu'il s'agissait probablement de la voix de quelqu'un en arrière-plan, comme les

personnes qui allumaient les feux d'artifice, mais je ne le crois pas. Pour moi, la voix semblait beaucoup plus proche que cela et elle avait tout simplement cette qualité EVP. Ce n'était pas fort du tout, mais je suppose que mon ouïe est encore accordée pour entendre des voix faibles comme celle-ci. L'essentiel est que .... même si je n'enregistre plus intentionnellement les EVP, je les attrape encore de temps en temps sans le vouloir.

Je me suis parfois demandé ce que cela donnerait si je recommençais à enregistrer. Ce sont juste des pensées qui me traversent l'esprit, je n'en fais pas trop. Je me suis demandé si j'entendrais principalement cette voix féminine, celle qui est attachée à ma vie, ou si j'entendrais de nombreuses nouvelles voix ?

Il y a quelques raisons pour lesquelles je ne vais jamais très loin dans ces pensées. Une grande raison est que je ne sais pas si le fait d'enregistrer à nouveau ferait en sorte que cette perception de clairaudience persistante s'ouvre encore plus. Est-ce que le fait d'enregistrer à nouveau me ramènerait à entendre des voix multiples, et à un niveau beaucoup plus fort, comme c'était le cas au printemps 2015. Comme je l'ai dit à plusieurs reprises dans mes journaux, je pense que ce sont mes propres actions qui ont fondamentalement provoqué ce détournement de la clairaudience, et je ne veux pas dire choisir de faire des enregistrements EVP en soi. Je veux dire la façon dont je m'y suis pris.... comment je me suis laissé emporter, pratiquement obsédé par cela, et je faisais des sessions d'enregistrement presque chaque nuit pendant ces quelques mois en 2015 . J'écoutais intensément ces enregistrements encore et encore .... en essayant de capter chaque voix.... chaque réponse que je pouvais. J'ai toujours eu l'impression que c'est ce qui m'a fait plonger dans la zone de danger. J'ai fait quelque chose à mon audition à l'époque, j'ai ouvert sans le savoir une perception mystérieuse dont je ne connaissais pas grand-chose et que je ne savais certainement pas comment contrôler à un degré réel.

D'une part, je ne pense pas que je tomberais deux fois dans le même piège si les choses semblaient devenir très suspectes. J'entends par là la façon dont j'adhérais à tout ce que j'entendais de ces voix sur les enregistrements en 2015, sans même trop y réfléchir. Toute l'expérience au début semblait si bienveillante que je n'avais pas de soupçons, je ne voulais pas avoir de soupçons. Donc, je ne pense pas que je serais à nouveau aussi affectée par le contenu de ce que j'ai entendu, je ne suis juste pas sûre que cela m'amènerait à entendre à nouveau ces voix à un niveau beaucoup plus fort. Cette perception de clairaudience détournée fait toujours partie de ma vie à ce jour. Oui, j'ai appris à la contrôler dans une certaine mesure, pas complètement, mais au moins dans une certaine mesure, mais peut-être qu'enregistrer à nouveau me ferait vraiment reculer dans tout ça. Eh bien, je ne pense pas que je veuille prendre le risque de le faire......, du moins pas pour le moment. Cependant, s'il y avait un moyen de capter ces sensations physiques avec un équipement quelconque, je pense que je serais beaucoup plus ouvert à l'expérimentation. Qui sait..... peut-être un jour.

17 juillet 2021

Un autre week-end est arrivé. Demain est mon jour de congé, mais malheureusement, une fois de plus, je dois aller travailler ou, devrais-je dire, sortir et faire quelque chose en rapport avec mon travail. C'est malheureux, mais c'est parfois le seul moment où je peux sortir du bureau pour m'occuper de diverses choses.Généralement... la plupart des années, quand c'est la saison chargée à mon travail, j'ai une petite poussée d'énergie quand je peux souvent m'occuper de certaines de ces choses tôt le matin avant mes heures de travail normales ou je peux m'en occuper après les heures de travail. Parfois, je me réveille tôt, très tôt, et je vais m'occuper de quelque chose, ou parfois je sors après le travail et je reste dehors pendant un bon moment. Les années précédentes, ce regain d'énergie et de motivation durait un peu, pas toute la saison, mais au moins un peu. Cette saison, j'ai eu une petite poussée d'énergie, mais par rapport aux années précédentes, ce n'était pas grand-chose et je peux déjà la sentir diminuer de façon spectaculaire.

Cette chose particulière que je dois faire demain est liée au travail, c'est quelque chose que j'aurais probablement pu faire après le travail un soir de cette semaine, ou la semaine précédente, mais je n'ai tout simplement pas pu rassembler l'énergie pour le faire. Les choses sont encore assez mouvementées pour moi et à cinq heures, je suis épuisée mentalement. Alors je me dis : "Peut-être demain", et cela se transforme en "Peut-être demain", et ainsi de suite jusqu'à ce que le week-end arrive et que le seul moment où je peux le faire soit mon jour de congé. Malheureusement, il m'arrive de faire traîner les choses en longueur au point que cela devienne un problème pour moi, car le client ou l'un de mes responsables ou quelque chose du genre commence à me poser des questions sur la situation, par exemple sur ce qui se passe avec ceci ou cela, et je n'ai pas vraiment de réponse parce que j'ai tergiversé. Et cela devient un cycle pendant un certain temps. En vérité, je serai content quand l'été sera terminé. Je l'ai déjà dit dans certains de mes précédents journaux, j'ai l'impression d'avoir pas mal vieilli depuis 2015. Je suis juste fatiguée et j'apprécie davantage les choses maintenant à un rythme plus lent.
S'il est vrai qu'aujourd'hui cette situation d'attachement en cours n'est plus tout à fait aussi angoissante pour moi qu'avant, j'ai toujours l'impression qu'elle m'épuise.

En fait, je pensais justement à cela plus tôt ce matin. Plus tôt, il y a eu un moment où cette voix féminine me bombardait de bavardages. Cela n'a rien d'extraordinaire malheureusement, mais je suppose que cela m'a atteint un peu plus ce matin. Et pour autant que je m'en souvienne, cette voix ne disait rien de franchement hostile ou négatif à mon égard. Je ne crois pas qu'elle était très joyeuse non plus, mais ce n'était pas une attaque verbale ou quelque chose de ce genre. C'était juste ce flux constant de bavardage. Et c'est comme ça parfois, il y a juste ce flux constant de bavardage télépathique qui vient vers moi. Donc ce matin, je me suis arrêté et j'ai réfléchi un moment sur la nature de la situation ces jours-ci.

Je sais qu'ici, dans mes journaux, je parle beaucoup de la façon dont les choses se sont améliorées et je parle généralement de cela en référence à la façon dont je suis mieux à même de gérer la situation maintenant. Cependant, je parle aussi de la façon dont j'ai vu un certain relâchement de la part de la dernière entité restante attachée..... celle que j'entends comme la voix d'une jeune femme. Permettez-moi d'ajouter quelque chose ici. Dans mes précédents journaux, j'ai mentionné cet être par son nom, cette voix féminine.... parce qu'elle porte un nom. C'est un nom qu'elle n'utilisait pas au début de ma situation, mais quelques années plus tard (probablement en 2017 environ, je dirais), elle a commencé à utiliser un nom particulier. Oui, je n'ai pas dit son nom dans ce journal et c'est intentionnel. Elle considère souvent que le fait que je tienne un journal à propos de tout cela revient à dire que "je lui raconte des conneries". Donc avec ce journal, cette fois-ci, je voulais voir si je pouvais détourner l'attention d'elle, peut-être même dans une certaine mesure. J'ai pensé que je pourrais essayer de ne pas trop la désigner par son nom. Cependant, je suppose que c'est très difficile à faire car elle est le dernier être/esprit que je considère encore comme attaché à ma vie. Elle est la dernière des voix originales que j'ai commencé à entendre par clairaudience en 2015. En fait, cette voix particulière, j'ai commencé à l'entendre avant même de développer la clairaudience. Cette voix particulière, je l'ai d'abord entendue sur mes enregistrements EVP lorsque je faisais des sessions d'enregistrement pendant l'hiver 2015.

Cette voix est apparue pour la première fois sur mes enregistrements au cours du deuxième mois d'enregistrement, c'est-à-dire en février 2015. Presque tout de suite, cette voix a attiré mon attention. Elle était très franche. Il y avait une autre voix féminine que j'entendais assez souvent sur mes enregistrements à l'époque, pratiquement sur chaque enregistrement. J'ai également donné des détails à ce sujet dans des journaux précédents, mais en fait, juste à titre de comparaison... cette autre voix féminine était très douce, mais cette voix féminine (celle que j'entends encore aujourd'hui) n'était pas si douce. Après seulement quelques sessions d'enregistrement, j'ai commencé à remarquer qu'elle devenait une présence régulière. Lorsque j'ai commencé à entendre certaines des voix en dehors des enregistrements, et principalement les voix qui m'ont tourmenté pendant longtemps, elle est restée la plus franche d'entre elles. S'il est vrai que j'entendais plusieurs voix à cette époque... au quotidien, et que la sienne n'était qu'une parmi d'autres, il est exact de dire qu'elle était la voix principale pendant tous ces jours cauchemardesques. Elle était vicieuse, sans pitié, et très intelligente d'une manière très sournoise.

C'est une autre chose qui me montre clairement qu'elle n'est pas une sorte de création de mon propre esprit. Dans mon précédent article de journal de l'autre jour, je discutais de certains des commentaires que je voyais de la part de sceptiques qui ne croyaient pas au paranormal lorsque je partageais mon histoire sur Internet il y a quelques années. Là, je parlais principalement des sensations physiques, mais juste pour ajouter à cela, une chose qui me frappe vraiment et qui me fait comprendre que cette voix n'est pas une création de mon propre esprit ... c'est qu'elle a sa propre personnalité et qu'elle est très différente de la mienne. Ce n'est pas seulement un cas de cela.... c'est aussi que certaines des choses que j'ai entendu cette voix particulière dire ..... certains des scénarios et autres, c'est très élaboré, et sans vouloir me rabaisser ici, mais je ne vois tout simplement pas qu'il s'agit de moi. En fait, je dis que cette

voix... cet être... semble, à bien des égards, beaucoup plus intelligent que moi. C'est comme ça... je le dis juste comme ça, cette voix est trop intelligente à certains égards pour faire partie de moi. Je sais qui je suis et cette présence ne vient pas de moi...... c'est une présence extérieure..... un étranger.

Malheureusement, la plupart du temps, dans cette situation, son intelligence a été utilisée de manière hostile, du moins à mon égard. Elle est passée maître dans les jeux d'esprit psychologiques et la manipulation. Encore une fois, je ne me vois pas inventer les choses que j'ai entendues d'elle. Je sais que certains pourraient balayer cela comme étant insignifiant, mais je vous dis que c'est très significatif. C'est ce qui fait de toute cette situation d'attachement ce qu'elle est, il y a littéralement un autre être sensible et intelligent attaché à ma vie......en dehors de mon champ de perception. Je l'ai déjà dit à plusieurs reprises, je ne me suis jamais senti possédé d'aucune manière dans toute cette situation. Je ne me suis jamais sentie envahie ou influencée de manière flagrante, à quelque degré que ce soit.

Je sais que c'est l'un des principaux stéréotypes concernant les personnes qui entendent des voix. Certaines personnes pensent que les voix leur disent de faire des choses horribles. Bien que j'aie fait l'objet d'une multitude de commentaires négatifs et que j'aie eu ma part de jeux d'esprit et de tentatives de manipulation psychologique de la part des voix depuis que tout cela a commencé, je peux dire que les voix ne m'ont jamais dit de faire quelque chose de mal ou quelque chose de ce genre. Mais je sais que cela arrive et je sais que c'est un stéréotype sur les personnes qui entendent des voix. Je le sais parce que j'en ai fait l'expérience moi-même. Il y a quelques années... sur l'un des forums paranormaux où je partageais mon histoire, l'un des sceptiques qui me répondait n'arrêtait pas d'évoquer ce sujet ...., à savoir que des voix pouvaient me dire de faire des choses horribles. En fait, il me semblait qu'il donnait l'impression que j'étais une sorte de danger pour la société en général. Je suppose que je comprends son point de vue, mais il n'a tout simplement pas compris.... parce qu'il est clair qu'il n'a jamais entendu de voix lui-même. Je Je lui ai dit en substance que, même si j'ai des problèmes à entendre ces voix (c'était plus tôt, lorsque j'entendais encore plusieurs voix), je ne les laisserais jamais me dire quoi faire.... si cela allait à l'encontre de ma propre conscience.

Tout au long de cette situation, je n'ai jamais perdu le sens de la clarté sur ce qui est bien et ce qui est mal. Cette situation a été une intrusion... une intrusion dans mon champ de perception... mon ouïe .... mon sens de la sensation au sens physique... mes pensées... mes rêves.... et même ma perception visuelle à un petit degré par moments. Mais encore une fois, je ne me suis jamais sentie envahie ou dominée au point d'agir en fonction de ce que ces voix me disaient. Ce n'est pas parce que j'entends ces voix que je capte des aspects de leur identité. Maintenant, puisque de nombreux sceptiques croient que ces voix sont un aspect de mon propre esprit, c'est probablement ce qu'ils pensent. Mais je vous le dis, ce n'est pas le cas, du moins pas dans des cas comme celui-ci. Je sais que tout ce que je peux faire est d'essayer de le décrire avec des mots, et pour certains... les mots ne suffiront pas, mais oui... parfois vous savez juste quand vous entendez ces voix que ce n'est pas vous, ce n'est pas de vous... c'est une autre personnalité.

C'est comme rencontrer une autre personne en chair et en os dans la rue, vous êtes des individus différents. Je sais que c'est un sujet très complexe et controversé,...croyez-moi je le sais. Je répète simplement que ce n'est pas parce que quelqu'un entend des voix qu'il est en quelque sorte comme ces voix ou qu'il incorpore quelque chose dans sa propre identité qui est similaire à ces voix, ces voix peuvent être des personnalités complètement séparées. Eh bien, je pense que je n'ai peut-être pas réussi à atteindre mon objectif ici, alors je vais laisser tomber pour le moment et peut-être y revenir plus tard.

Comme je le disais, je n'ai pas mentionné cette voix féminine par son nom. Les choses ont été un peu plus stables récemment dans nos relations. Elle n'a pas été aussi ouvertement hostile ou dominatrice. Les choses sont loin d'être parfaites, mais je crois que j'ai constaté un certain apaisement et j'en ai parlé dans mes précédents journaux. Je voulais donc voir si je pouvais écrire mon journal d'une manière qui ne la montre pas trop du doigt .... en lui donnant l'impression que je ne fais que "dire des conneries sur elle", comme elle le dit souvent. Comme je l'ai dit, étant donné qu'elle est la seule présence persistante qui est encore là au jour le jour, c'est difficile à faire. Je suis déjà arrivé jusqu'ici dans le journal sans dire son nom, alors je vais voir si je peux aller jusqu'au bout. Je crois qu'elle considérera probablement que ce journal continue à dire des conneries sur elle, mais bon, ..., je ferai peut-être mieux la prochaine fois. Pour en revenir à ce que je disais sur la façon dont ce matin j'ai subi un barrage de cette voix, un barrage de bavardages lourds. Je me suis arrêté pour réfléchir un moment ce matin..... que même si le contenu de ce que j'entends n'est plus aussi ouvertement hostile qu'avant, je ne peux m'empêcher d'avoir l'impression qu'il me mine encore, ou qu'il s'agit encore d'un effort délibéré pour me miner et surtout pour miner mon bien-être mental.

Si ce n'est pas ouvertement intentionnel, c'est au moins très indifférent. Cette voix féminine continue à bavarder et bavarder et bavarder et ne semble pas du tout se soucier de ma vie privée. Ce n'est pas comme si nous avions un moment précis où nous pouvions convenir de communiquer l'un avec l'autre ou quelque chose comme ça. La communication me tombe dessus tout le temps. Mais cela ne veut pas dire que j'entends cette communication tout le temps. C'était plutôt le cas au début de ma situation, mais avec le temps, j'ai amélioré ma capacité à bloquer les voix, ou dans ce cas... cette seule voix. Je n'ai pas été en mesure de maîtriser complètement cette capacité, mais avec le temps, elle a...améliorée. Et il y a certaines choses qui, je crois, ont aidé à améliorer cela et j'en ai parlé dans mes autres journaux de façon assez détaillée.

La principale, je dirais, est d'être indifférent à ce que j'entends de cette voix, de ne pas la laisser m'atteindre. Comme je l'ai déjà mentionné, je prends plutôt ce que j'entends avec un grain de sel comme une sorte de mécanisme de défense désormais et j'ai l'impression que cela a fonctionné. De retour en 2015, j'étais une telle épave nerveuse pour de nombreuses raisons concernant tout cela, mais l'une des principales était que je ressentais beaucoup d'anxiété à cause de ce que j'entendais ces voix dire. Comme je l'ai dit, elles étaient très intelligentes et semblaient savoir exactement comment embrouiller ma tête et elles y réussissaient très bien. Mais avec le temps et avec un peu d'aide (et je souligne qu'avec un peu d'aide), j'ai acquis la capacité de leur enlever cet avantage.... ce pouvoir dans une large mesure. Et cela s'est fait

principalement en n'étant pas affecté par les choses que j'entendais, en ne m'y attardant pas et en n'en ressentant pas l'anxiété.

D'une certaine manière, ces êtres se sont trahis assez tôt comme étant des trompeurs à l'extrême. Ils ne pouvaient jamais s'en tenir à une seule histoire pendant très longtemps. Ils changeaient toujours d'histoire (....) et se contredisaient eux-mêmes. Il était si évident qu'ils essayaient de m'embrouiller qu'ils ont joué un rôle important dans mon rejet de ce qu'ils avaient à dire.

Si le contenu de ce que dit une voix particulière n'est pas ouvertement hostile, je pense qu'il peut l'être s'il vous atteint à un tel point qu'il est une distraction ou une perturbation constante. Cela peut en effet être très décourageant. Donc, même si les choses se sont améliorées, et que cet être s'est détendu à bien des égards, il y a toujours cette indifférence, cette indifférence à respecter mes limites personnelles. Je ne devrais peut-être pas trop réfléchir à quelque chose qui serait généralement un aspect commun d'une telle situation d'attachement, mais c'est un peu plus compliqué que cela. Les choses changent en ce qui concerne la situation elle-même et je ne peux m'empêcher d'observer ces changements et d'avoir parfois des espoirs, des attentes et même de ressentir une certaine déception. Alors oui, cela peut être très compliqué et être vu de plusieurs façons différentes. Certaines choses peuvent sembler changer pour le mieux, mais derrière les apparences, il y a parfois une histoire différente, c'est ce que je pense dire.

18 juillet 2021

C'est mon jour de congé aujourd'hui, dimanche, et pour être honnête, je n'ai pas vraiment fait grand-chose. Je me suis couchée vers minuit hier soir et je me suis réveillée vers dix heures ce matin. C'est environ quatre heures de plus que ce que je fais habituellement en semaine quand je dois aller travailler. Mais ça m'a fait du bien de dormir un peu plus, c'est sûr. J'ai lu pendant un bon moment ce matin. Puis, en début d'après-midi, je me suis glissée dans mon lit pour me reposer un peu, car je me sentais un peu fatiguée. À partir de là, j'ai commencé à tomber dans un sommeil profond. Je crois que j'ai dormi pendant environ une heure. Il y a

Il y avait quelque chose que je voulais faire pour le travail, que j'ai mentionné hier, mais quand je me suis réveillé de cette heure de sommeil, je me suis senti vidé d'énergie, étourdi et étourdi. Donc, alors que j'aurais pu sortir et m'occuper de cette chose liée au travail que je voulais faire, je ne l'ai pas fait. Je n'ai pas pu trouver la motivation. En fait, à l'heure actuelle, mon jour de congé est mon jour de repos. Je pense que les choses seraient différentes si j'avais congé toute la fin de semaine, le samedi et le dimanche, mais hélas.... ce ne sera pas le cas ... du moins pas avant que l'hiver ne revienne.

La nuit dernière, alors que je venais de me mettre au lit et que j'attendais le sommeil, j'ai entendu une voix féminine dire quelque chose du genre
"Vous souffrez parce que je méprise votre espèce".
Du moins, je crois que c'est ce qu'elle a dit. Je suis tout à fait sûr que c'était quelque chose comme ça. En soi, ce n'est pas une déclaration qui sort de l'ordinaire, malheureusement. Dès que j'ai entendu cette déclaration, je me suis dit : .... bien que ce soit plutôt une question qui lui soit adressée.

"Mon espèce... ....Nous ne sommes pas de la même espèce... du moins à l'origine ?"
" Il y a juste un peu.... ce jour même... vous me parliez de quelque chose de votre vie humaine ici sur Terre dans le passé."
Je crois l'avoir entendue répondre à cette question de savoir si nous sommes de la même espèce à l'origine par "Ce n'est pas correct."
J'ai surtout ressenti une certaine déception en entendant cela. Voici encore un autre exemple de cette voix qui fait volte-face sur ses affirmations, changeant ses histoires. Comme je le disais dans mes entrées précédentes, oui, j'ai observé qu'elle a atténué son hostilité extérieure envers moi dans une certaine mesure ces derniers mois, mais elle semble toujours aussi déterminée à jouer ce jeu d'esprit identitaire. Je suppose que c'est peut-être une réaction à mes propres pensées.... c'est très possible.

Quoi qu'elle fasse d'autre, quel que soit son comportement, je m'interroge parfois sur son identité. Comme je l'ai mentionné dans les journaux précédents, cette voix féminine, la voix principale, celle que j'entends encore tous les jours.... fait trois revendications principales sur son identité. Il y a des variations dans ces revendications principales, mais je dirais qu'elles entrent toujours dans ces trois catégories.
L'une de ses affirmations sur son identité est qu'elle est un esprit humain et je l'entends le plus souvent parler des années 1980 et aussi de la fin des années 1970. De temps en temps, je l'entends parler d'autres périodes, mais la fin des années 70 et le début des années 80 sont de loin les deux périodes les plus fréquentes que j'observe. Je l'entends souvent parler du lycée et de quelque chose concernant une spécialisation en anglais. C'est étrange parce qu'elle lance ces choses sans vraiment les rassembler d'une manière narrative qui m'explique quelque chose. C'est comme si elle jetait délibérément des pièces individuelles d'un puzzle.... en voulant que j'essaie de les assembler. Elle a parlé de son souvenirs, sa vie au début des années 80 pendant assez longtemps, pendant des années. Je dirais que je n'entendais probablement rien à ce sujet en 2015 et 2016, à l'époque elle s'occupait surtout de me tourmenter et de m'embrouiller la tête avec d'autres types de jeux d'esprit et j'y reviendrai un peu ici. Si je devais deviner, c'est probablement vers 2017 que j'ai commencé à l'entendre parler de ces choses et à l'entendre faire ces affirmations sur elle-même, son identité et son passé à ce moment précis.

Je me souviens d'une nuit, et c'était probablement à l'époque, soit en 2017 ou 2018, où j'étais au lit en train d'essayer de m'endormir et je l'ai entendue parler de sa vie en 1983. Je crois qu'elle disait qu'elle était lycéenne à l'époque et elle m'a raconté cette histoire très puissante et élaborée et je me souviens que j'avais vraiment envie de la croire. Maintenant, même à ce moment-là, j'utilisais ce mécanisme de défense mentale dont j'ai parlé, où je prends tout ce que

j'entends de ces voix avec un grain de sel, au moins comme réaction initiale. Ainsi, cette nuit-là, lorsque je l'ai entendue parler de ses souvenirs de sa vie sur Terre, je me souviens avoir eu des pensées de suspicion à ce sujet, mais je me souviens aussi qu'une partie de moi voulait la croire parce qu'elle m'expliquait quelque chose que je pouvais au moins comprendre. Je dis cela parce que d'après son histoire, elle m'a expliqué beaucoup de choses, elle m'a expliqué beaucoup de choses sur elle-même.

Non, elle ne m'a pas donné toutes les réponses, mais elle m'en a donné quelques-unes et il me semble que cela aurait été un point de départ si j'avais pu croire qu'elle disait la vérité. Malheureusement, à peine un jour plus tard, je l'ai entendue affirmer qu'elle était une sorte d'extraterrestre d'une autre dimension et j'ai entendu parler d'OVNIs et de choses de ce genre.

Ceci m'amène à sa deuxième affirmation concernant son identité. Cette affirmation est qu'elle est une sorte d'être astral non-humain. Le terme "astral" vient d'elle... pas de moi. Je l'entends souvent utiliser le terme "être astral" pour se décrire elle-même..... ou elle dit "forme de vie astrale". J'admets que j'aime ce terme et que je l'ai moi-même adopté assez souvent dans mes écrits parce que je pense que c'est un terme assez général pour incorporer beaucoup de choses différentes, tout en faisant référence à quelque chose de spécifique. Je ne sais pas si cet être que j'entends comme une voix féminine est d'origine humaine ou non, mais je crois qu'il existe sur d'autres plans d'existence, de réalité, dans d'autres mots..... plans astraux peut-être. J'utilise donc moi-même ce terme lorsque je parle d'elle. Elle utilise aussi très souvent le terme "extraterrestres". En fait, je dirais que récemment, elle a utilisé le terme "extraterrestres" tout autant que le terme "êtres astraux".

Dans cette catégorie, dans cette revendication de son identité, elle part parfois dans différentes directions et il y a plusieurs sous-réclamations à cela, mais elles tombent toutes sous la rubrique d'un être intelligent et sensible d'une autre dimension qui est d'origine non-humaine. Elle se décrit aussi très souvent, ainsi que ses compagnons, comme des formes de vie supérieures, des formes de vie supérieures ou des êtres supérieurs. Elle utilise ces termes depuis un certain temps, encore une fois depuis quelques années, et elle les utilise beaucoup et je souligne beaucoup. Je l'entends encore se référer à elle-même comme à un être supérieur assez souvent ces jours-ci. En fait, je sais que je l'ai entendue dire cela à propos d'elle-même aujourd'hui, mais il y a quelques années, c'était comme si cela s'ajoutait à chaque phrase que j'entendais de sa part ou de la part de certaines de ces autres voix qui étaient là à l'époque. C'était littéralement comme si elles essayaient de me frapper à la tête avec la notion qu'elles étaient supérieures à moi, qu'elles étaient des formes de vie supérieures.

À l'heure actuelle, à cette date... ma position sur l'identité de cette voix féminine est que je n'ai pas vraiment de position solide du tout. Si quelqu'un me demandait aujourd'hui qui ou ce que je crois que cette voix est, je répondrais très probablement en disant "je ne suis pas sûr"... ou "un être astral". Comme je le disais, j'aime ce terme parce que je crois qu'il peut faire référence à quelque chose de spécifique dans un sens, mais aussi à quelque chose qui incorpore un certain nombre de choses différentes. Cette voix féminine me semble très humaine. Comme je l'ai souvent décrit dans mes écrits, pour moi cette voix ressemble à celle d'une jeune femme. Ce

n'est pas une voix d'enfant, mais je dirais la voix d'une jeune femme à la fin de l'adolescence ou dans la vingtaine.... si je devais deviner. Elle parle un anglais parfait. Elle n'a pas d'accent (à mon sens) ..... Elle a l'air américaine, tout comme moi, et en plus, elle n'a pas d'accent régional que je puisse déceler non plus.

Une chose qui est un peu différente à propos de sa voix, je dirais, c'est que la plupart du temps, lorsque je l'entends, elle a une qualité de hauteur plus élevée que la voix humaine moyenne. Cependant, cela pourrait-il être dû au fait que cette voix me parle depuis une autre dimension ? C'est peut-être une sorte d'effet provoqué par cela, mais sinon... sa voix me semble généralement très humaine. Cependant, il y a des choses dans son comportement qui font que ce n'est pas tout à fait une certitude. Comme je l'ai dit, cette voix féminine me dit toujours qu'elle est une forme de vie supérieure... un être supérieur.... et j'ai honnêtement la forte impression qu'elle le ressent ainsi. Je ne sais pas quel est le terme exact, ce n'est pas vraiment du snobisme, mais il y a quelque chose dans ses manières qui fait qu'elle se sent supérieure à moi à cause de ce qu'elle est. Du moins, c'est l'impression qu'elle me donne assez souvent. C'est peut-être simplement quelque chose qu'elle veut me faire croire. Je dois dire qu'elle parle avec beaucoup de conviction lorsqu'elle me souligne qu'elle est un être supérieur.

L'autre affirmation qu'elle fait sur son identité relève d'une catégorie plus religieuse. Dans ces cas-là, elle parle essentiellement de choses de nature religieuse et se présente souvent comme une sorte d'ange. Je l'ai également entendue mentionner le nom de Lucifer et de Satan assez souvent dans le passé. En fait, la nuit dernière, quelques minutes avant de me mettre au lit et de l'entendre faire ce commentaire sur le fait que nous sommes d'espèces différentes, je l'ai entendue dire
"Tu devrais retourner au catholicisme" ou "Tu dois retourner au catholicisme".
Le catholicisme est la religion de ma naissance. J'ai été très enthousiaste à propos de la religion tout au long de ma vie. En fait, toute cette histoire d'attachement, bien que je la considère comme une sorte de phénomène spirituel, m'a laissé, moi et mes croyances, dans un état de confusion plus que tout. J'ai l'intention, un jour, de mettre les choses au clair en ce qui concerne tout cela. Mais oui, cette voix parle très souvent de choses de nature religieuse. Cette voix féminine et les autres voix qui étaient présentes au début se concentraient davantage sur ces thèmes religieux au début... en 2015 surtout. Je crois que c'était parce que pour eux, c'était quelque chose qu'ils pouvaient tordre, déformer... et utiliser contre moi. C'était une sorte de munition psychologique pour eux, pour ainsi dire.
Vous devez comprendre qu'au printemps 2015, tout cela était encore très choquant pour moi. Quand j'ai commencé à entendre certaines des voix EVP en dehors des enregistrements, puis j'ai commencé à les entendre tout le temps et elles me tourmentaient, j'étais complètement pris au dépourvu… garde.... J'ai été complètement pris au dépourvu. Je ne savais pas ce qui se passait et je ne savais pas quoi faire.

Une des choses que j'ai faites était de prier comme un fou. Donc, mes pensées à ce moment-là étaient pleines de notions religieuses et ces entités se sont clairement emparées de cela et l'ont utilisé contre moi. Sur les trois principales revendications concernant son identité, je dirais qu'au

moins aujourd'hui, cette voix féminine utilise le moins les revendications religieuses, alors qu'au début de ...., c'était probablement le cas.

Et voilà. Hier encore, nous avons eu un exemple de ce qui se passe avec elle... avec toute cette situation. Une fois encore, au cours d'une seule journée, j'ai entendu trois affirmations différentes de sa part sur qui elle est. D'un côté, je suis heureux que les choses se soient calmées dans un sens, au moins par rapport à leur caractère chaotique du début. J'ai laissé tomber ma colère envers cette voix féminine, mais je ne comprends toujours pas pourquoi elle doit continuer à jouer ce jeu d'esprit avec son identité. Pourquoi ne peut-elle pas s'en tenir à une seule histoire ? Comme je l'ai dit.... Je prends ce que j'entends d'elle avec un grain de sel en tant que première réaction, mais je pense que si elle commençait à mettre de l'ordre dans son histoire et à s'y tenir, ...it pourrait au moins être un début d'évolution dans une direction positive. Et s'il est vrai que les choses se sont améliorées de diverses manières, l'utilisation de ce jeu d'esprit identitaire est toujours d'actualité, semble-t-il.

19 juillet 2021

C'était un autre jour difficile au travail. Ces dernières semaines ont été brutales pour moi. Je pensais que la journée d'aujourd'hui serait un peu différente parce qu'elle avait commencé un peu plus calmement, mais quand l'après-midi est arrivé, c'était le chaos total. Peut-être que j'exagère un peu, mais non.... c'était une journée difficile, une mauvaise journée et récemment c'est juste une après l'autre après l'autre il semble. Comme je le disais l'autre jour, au cours d'une année normale, à peu près à ce moment-là, les choses commencent à se calmer un peu... à se stabiliser. Mais cette année est différente, cette année est beaucoup plus mouvementée, plus occupée... et il y a juste une tonne de choses qui me tombent dessus. C'est ça le truc là, toutes ces choses qui me tombent dessus. C'est occupé, mais je n'arrive pas à faire grand-chose parce que je ne peux pas me concentrer sur une seule chose à la fois, il y a trop de choses qui se passent.... trop de choses qui me tombent dessus de toutes les directions. C'est vraiment exaspérant par moments. Je sais que je suis en train de râler un peu, mais bon... c'est à ça que servent les journaux parfois....., à faire sortir les choses.

Je ne sais plus si je veux continuer à faire le même travail. Ça commence vraiment à me peser. Je suis là depuis vingt ans, alors il y a ça, je suis là depuis longtemps. Le bureau est très proche de mon appartement. Cela ne me prend que quelques minutes pour venir ici, donc c'est un avantage. Pendant la saison morte, surtout pendant les mois d'hiver, les choses ne sont généralement pas aussi agitées, les choses sont plus faciles à gérer alors. Cette période de l'année me donne du fil à retordre. Donc la moitié de l'année n'est pas si mauvaise pour moi, et la moitié de l'année est juste brutale. Parfois, je n'aime pas parler des détails de ce que je vis. mon travail dans mon journal ici. Pourtant, je me rends compte qu'il s'agit d'un aspect important

de ma vie quotidienne, alors pour pouvoir saisir l'ensemble de ce qui se passe dans ma vie ces jours-ci, je dois en parler.

Mon travail a également joué un rôle majeur tout au long de cette situation d'attachement. Je pensais que j'allais perdre mon emploi au printemps 2015, au moment où l'oppression, l'attaque psychique a commencé. Je crois qu'à l'époque, mes collègues pensaient que j'étais en train de boire une cuite. Je semblais juste hors de moi, incapable de me concentrer et c'est vrai, c'est certainement comme ça que c'était. J'étais au travail et les voix me bombardaient sans relâche. Je me souviens d'un incident en 2015 où je parlais à un client au travail et je n'arrêtais pas d'entendre cette voix qui parlait directement dans l'une de mes oreilles en disant .... "ceci est vraiment en train d'arriver"....." ceci est vraiment en train d'arriver".... encore et encore. Je sais que j'ai déjà mentionné cet incident dans des journaux précédents, mais c'est un incident qui reste vraiment gravé dans ma mémoire. Et j'ai aussi mentionné précédemment comment j'avais du mal à tenir une conversation avec un client au téléphone parce que j'entendais ces voix à travers cette subtile couche d'électricité statique. C'était vraiment étrange. C'était comme si cette couche de statique était toujours là avant, mais mon ouïe s'était tellement aiguisée en faisant des enregistrements EVP cet hiver, que je pouvais maintenant la capter et dans cette couche de statique.... il y avait des voix. Malheureusement pour moi, c'était les mêmes voix qui me tourmentaient à l'époque. C'était principalement cette voix féminine que j'entends encore aujourd'hui.

Il y a eu un incident encore plus bizarre qui s'est produit à peu près à cette époque, impliquant des téléphones. Si ma mémoire est bonne, c'était en fait en mars 2015. C'est à ce moment-là que j'avais déjà commencé à entendre des voix en dehors des enregistrements, mais laissez-moi juste revenir en arrière ici et dire qu'à ce moment-là, j'avais déjà arrêté d'enregistrer parce que je savais que quelque chose allait terriblement mal, mais cela n'a pas mis fin à l'escalade des troubles.

Au cours du mois de mars 2015, les choses ont continué à s'intensifier de jour en jour. En fait, dans mes autres journaux, je sais que je l'ai souvent appelé "le mois de l'escalade". J'entendais de plus en plus souvent ces voix, et c'est au cours de ce mois que les sensations physiques ont commencé à apparaître. Pourtant, les voix ne venaient pas à moi sur une base constante pour le moment. J'avais plusieurs incidents où je les entendais, mais il y avait au moins une pause pendant un certain temps, peut-être une heure, peut-être quelques heures, où je ne les entendais pas. Cependant, au fil du temps, j'ai commencé à les entendre de plus en plus. C'était une chose vraiment effrayante à propos de tout cela à ce moment-là, il semblait que quoi que je fasse, ces voix continuaient à empirer... la situation continuait à me suivre et à se rapprocher de plus en plus. J'avais arrêté d'enregistrer et je priais comme un fou à l'époque pour que tout ça disparaisse, mais ça ne faisait qu'empirer.

C'était probablement à la mi-mars ou peut-être même à la fin mars, lorsqu'un après-midi, alors que j'étais au travail, assis à mon bureau, le téléphone sur mon bureau a sonné. J'ai décroché et j'ai entendu une voix masculine. On aurait dit la voix d'un jeune homme, et il demandait si nous embauchions. J'ai oublié ce que j'ai dit exactement, sauf que j'ai essentiellement répondu

que non... nous n'embauchions pas pour le moment. Et puis cette voix masculine a commencé à devenir un peu agressive avec moi. J'ai trouvé cela étrange, mais je n'ai pas anticipé ce qui allait se passer ensuite. La voix a dit quelques mots de plus et j'ai commencé à avoir le sentiment que ce n'était pas vraiment quelqu'un qui appelait pour demander un emploi, mais une sorte de canular. Pourtant, au début, je pensais qu'il s'agissait d'un canular ordinaire, des adolescents ou quelque chose comme ça. Puis cette voix masculine a fait un commentaire sur ma mère, et pas seulement dans un sens général. La voix a dit qu'elle était décédée et c'était vrai, elle était décédée environ cinq mois plus tôt. C'est là que c'est devenu vraiment étrange. Comment cette voix savait-elle cela ? Je ne reconnaissais pas du tout cette voix, donc ça n'avait aucun sens pour moi.
Puis, tout d'un coup, j'ai entendu sa voix, la même voix féminine que j'entends encore aujourd'hui. Inutile de dire que ce fut une surprise... car à ce moment-là, il était clair pour moi que ce n'était pas un appel téléphonique ordinaire. À ce moment-là, il était clair pour moi que c'était un appel téléphonique, ou une farce téléphonique je suppose que vous pourriez dire, de l'autre côté. Je ne sais pas comment ils ont fait, mais ils l'ont fait. Je sais que cela semble assez farfelu, mais ces esprits, ces entités qui faisaient des ravages dans ma vie.... littéralement m'ont appelé au téléphone cet après-midi-là. C'était différent des autres incidents que j'ai mentionnés lorsque je parlais au téléphone avec des clients.

Dans ces cas-là, j'avais l'impression d'entendre les voix à travers les parasites de la connexion téléphonique, un léger bruit de fond, si l'on peut dire. Mais là, c'était différent, c'était un appel téléphonique direct, ils ont vraiment fait sonner le téléphone. Et je n'ai même pas soupçonné que c'était eux jusqu'à ce que j'entende ce commentaire sur ma mère... puis cela a été confirmé pour moi quand j'ai entendu la voix féminine familière.

Même à cette époque, cette voix féminine m'était très familière. Même à cette époque, je savais qu'elle était l'une des "voix principales" .... l'un de mes principaux bourreaux. Elle a aussi une voix très distincte, je la reconnaîtrais n'importe où. Alors oui, je sais que cela semble très étrange, mais il existe en fait des documents sur les appels téléphoniques de l'autre côté. Il existe des enregistrements de tels événements, et je crois que quelques livres ont été écrits sur le sujet. Eh bien, je n'ai pas besoin de me convaincre que le phénomène est réel. J'en ai fait l'expérience de première main cet après-midi-là. À cette époque, ces entités enregistraient également des EVP sur la boîte vocale de mon travail. Je me souviens d'au moins quelques occasions où je me rendais au travail le matin, et j'étais toujours le premier sur place parce que j'habite le plus près, je voyais qu'il y avait des messages sur le téléphone et j'écoutais les messages et j'entendais les mêmes voix.

Je me souviens d'une fois où j'ai entendu une voix dire "nous venons pour toi". Avec le recul, sachant qu'une semaine ou deux plus tard, je subissais une attaque de voix encore plus violente, je peux dire qu'ils ne mentaient pas à ce sujet. Mais pour ce qui est de ce dont je parle ici, j'essaie simplement de faire comprendre que mon travail a joué un rôle important dans toute cette situation.

À cette époque (les premiers jours), ces entités essayaient de me faire dérailler, semble-t-il. Elles voulaient que je fasse des erreurs au travail, et peut-être juste pour leur propre amusement. En fait, pour aller plus loin, le tout premier incident majeur où j'ai entendu ces voix négatives en dehors de mes enregistrements EVP s'est produit un après-midi, alors que j'étais au travail. Je ne me souviens pas de la date exacte, mais je la situerais vers la fin du mois de février 2015. Je suis allé dans les toilettes pour hommes et l'interrupteur de lumière qui s'y trouve est câblé à un ventilateur électrique de plafond qui émet beaucoup de bruit. C'est un bruit assez fort et très régulier. J'étais donc là et j'ai soudain entendu la même voix de chahuteur que j'avais entendue sur mes enregistrements la nuit précédente. Cela m'a pris par surprise, c'est le moins qu'on puisse dire. C'était le premier incident majeur et je me souviens d'une des choses qu'ils m'ont dites ce jour-là. J'ai entendu une voix dire nous pouvons vous voir.... nous pouvons vous entendre .... et nous pouvons vous toucher."

C'est alors que j'ai senti ce qui semblait être un doigt me frappant dans le bas du dos. Je regarde en arrière maintenant et je pense à cet incident et une chose qui attire mon attention est que cela s'est produit alors que j'étais au travail et dans l'après-midi. J'avais fait quelques séances de PVE la nuit précédente, j'en suis sûr, car à cette époque, j'en faisais encore pratiquement tous les soirs. Ces voix négatives commençaient à dominer les enregistrements, mais je gardais encore l'espoir que les choses pourraient changer et que cela pourrait redevenir une expérience plus positive pour moi. Je me suis demandé pourquoi l'incident de ce jour-là au travail s'est produit comme il l'a fait. Je soupçonne qu'ils ont attendu un moment opportun où ils pensaient pouvoir obtenir un effet maximal, ils voulaient provoquer un incident dramatique. Ils espéraient peut-être que je panique et que je perde les pédales au travail. Je ne l'ai pas fait ce jour-là, mais lorsque les choses se sont gâtées au début du mois d'avril, ils m'ont poussé à quitter le travail un matin. Alors oui, mon travail a joué un rôle important dans toute cette situation. Au début, dans les premiers jours ... c'était très difficile pour moi de survivre à une journée de travail. Je ne pensais pas que j'allais être capable de tenir encore longtemps.

Cependant, j'ai réussi à renverser la situation et à utiliser mon travail à mon avantage. À un moment donné cet été-là, probablement en juin ou peut-être en juillet, le fait d'être au travail pendant que les voix me tourmentaient a cessé d'être une telle torture et j'ai pu créer une situation où c'était en fait le moment de la journée où je les entendais le moins. C'est encore le cas aujourd'hui. Au lieu de perdre le contrôle de mes performances professionnelles, je me suis lancé dans mon travail pour avoir quelque chose sur quoi me concentrer et cela m'a beaucoup aidé. Au cours de cet été, alors que j'avais l'impression que mon monde.... ma santé mentale... ma spiritualité.... tout.... s'effondrait autour de moi, j'étais probablement au sommet de ma performance au travail. Je me souviens que j'allais travailler tôt ..... Je restais dehors à travailler après les heures normales... Je travaillais pendant mon jour de congé. Je fais encore ces choses aujourd'hui dans une moindre mesure, mais la différence est qu'aujourd'hui, je n'en ai pas vraiment envie.

À l'époque, je trouvais très bénéfique de m'occuper avec quelque chose. Il ne m'a pas fallu longtemps pour réaliser que lorsque je restais assis à la maison, j'étais plus vulnérable aux intrusions de ces voix. À l'époque, elles me dérangeaient tellement qu'il m'était très difficile de

me distraire. Aujourd'hui, j'aime lire ou regarder un film assez souvent. À l'époque, il m'était très difficile de me distraire, car les voix étaient trop fortes et j'étais tellement affecté par leur présence et les choses qu'elles disaient à ce moment-là. J'ai donc toujours pensé que si quelqu'un d'autre se trouvait dans une situation similaire avec des voix envahissantes, il pourrait se lancer dans quelque chose, quelque chose qui lui permettrait de détourner son attention des voix. Je suppose que cela ne doit pas nécessairement être un travail, cela pourrait être une sorte de passe-temps ou de recherche créative comme la musique... ou l'art... des choses de ce genre. Je crois qu'il est bénéfique de donner de l'importance à quelque chose pour que cela éloigne les voix.

Alors oui, au début, je me suis battu bec et ongles pour garder ce travail contre un assaut de voix d'entités malveillantes. Peut-être que je méritais une augmentation pour ça, je ne suis pas sûr. Mais, en fait, aujourd'hui, je ne suis plus très sûr que ce travail soit le bon endroit pour moi. Je me suis battu bec et ongles pour ne pas être submergé par l'anxiété provoquée par la présence de ces voix, donc je pense que c'est probablement...Il m'est très préjudiciable de rester dans un endroit qui me fait ressentir de l'anxiété, même si c'est un autre type d'anxiété. Je ne sais pas, je me sens juste fatigué. Ce n'est même pas une question d'argent ou de quoi que ce soit d'autre. J'accepterais volontiers d'être moins bien payée si je pouvais avoir plus de temps libre ou si je n'avais pas à faire face à tant d'ennuis. En fait, je ne sais pas si cela vaut la peine de rester dans cet endroit ou si je serais mieux ailleurs. Mais, comme je suis ici depuis tant d'années, cela fait partie de ma routine quotidienne et annuelle. Mais pour passer à l'étape suivante et améliorer les choses dans ma vie, les choses avec la situation d'attachement et tout le reste, je devrais peut-être être prêt à faire quelques changements.

Pour passer à d'autres choses, la nuit dernière, alors que j'étais dans mon lit et que j'attendais de m'endormir, j'ai ressenti deux attaques de cris de la part de cette voix féminine. J'ai parlé de ces attaques en détail dans mes précédents journaux. Mais juste pour résumer... ces attaques de cris sont quand l'une de ces voix, (et c'est généralement cette voix féminine) va faire exactement cela... elle va crier dans l'une de mes oreilles... ou directement dans mon visage. C'est très soudain, c'est très intense, et parfois très fort. Les cris sont définitivement beaucoup plus intenses que la façon dont j'entends habituellement les voix. C'est comme si le niveau d'intensité passait de 1 à 10 en un instant. Maintenant, il y a quelques variations dans les cris. Certains sont plus intenses que d'autres. Certains ont aussi des caractéristiques étranges. La nuit dernière, je crois que les deux cris venaient de cette voix féminine. Ça lui ressemblait. Cependant, comme je l'ai mentionné précédemment, j'entends encore occasionnellement d'autres voix, mais c'est de moins en moins fréquent.

Cette voix féminine est toujours là, tout le temps... elle est là tous les jours, je la considère toujours comme très attachée à ma vie. Mais, de temps en temps, j'entends une voix qui semble complètement différente. Parfois, j'entends une voix masculine et je sais tout de suite qu'il s'agit d'une voix différente, car la voix que j'entends le plus souvent est une voix féminine qui ressemble à celle d'une jeune femme. J'entends de moins en moins ces autres voix au fil du temps, mais l'un des moments les plus fréquents où je les entends, ce sont les cris. Je ne sais

pas pourquoi, mais lorsque j'entends ces autres voix, comme des voix masculines, c'est souvent à travers ces cris.

Les deux cris que j'ai entendus la nuit dernière étaient d'intensité moyenne, je dirais. L'un était beaucoup plus fort que l'autre, je m'en souviens.
Ce qui est significatif ici, c'est que je n'ai pas ressenti ces attaques de cris très récemment. Il n'y a pas si longtemps, les cris étaient quelque chose que j'expérimentais tout le temps. Parfois, il semblait même que cela se produisait chaque nuit pendant des semaines. Cela semblait devenir leur principale tactique, ou du moins l'une de leurs principales tactiques pendant un certain temps, et je comprends pourquoi.
J'ai mentionné comment j'ai amélioré ma capacité à bloquer les voix au fil du temps, à les ignorer ou à détourner mon attention d'elles, mais il est difficile d'ignorer une voix qui vous crie en plein visage. Je n'ai pas encore trouvé comment le faire. Malheureusement, il n'y a pas grand-chose que je puisse faire pour gérer ces attaques de cris. Dans le passé, je me levais simplement du lit et je prenais plus de somnifères si j'étais particulièrement touché par ces attaques une nuit donnée. Mais pour l'instant, je n'ai pas pris de somnifère, et je veux voir si je peux continuer ainsi. Lorsque je ressens ces cris, ils sont très brefs, il s'agit généralement d'un seul mot, parfois de quelques mots. Je pense qu'il y a eu quelques cas où j'ai entendu une phrase complète criée, mais c'est très rare, cela n'est arrivé qu'un très petit nombre de fois. Ce serait un développement très malheureux pour moi si cette voix féminine apprenait la capacité de crier des phrases complètes plus souvent. Je soupçonne qu'elles doivent rassembler beaucoup d'énergie pour y parvenir. J'ai observé qu'elles peuvent me frapper avec des cris très intenses, mais elles ne semblent pas capables de les maintenir pendant une longue période de temps.

Eh bien, je vais considérer la nuit dernière comme un incident isolé. Pour l'instant, rien n'indique que cette voix féminine va recommencer à crier la nuit pendant que j'essaie de m'endormir, à un degré beaucoup plus élevé que par le passé. Je vais devoir attendre et voir comment les choses vont évoluer.

20 juillet 2021

Aujourd'hui, les choses ont été un peu plus calmes pour moi au travail, même s'il y a eu quelques moments stressants. Oui, c'était au moins un peu plus calme quand même. J'espère vraiment qu'une certaine mesure de calme commence à s'installer. J'ai déjà eu ma dose d'anxiété liée au travail pour l'année, je dirais. Je ne me fais pas trop d'illusions, mais je dois me rappeler que nous sommes déjà à la moitié de l'été et que l'automne sera bientôt là.

Aujourd'hui, j'ai entendu cette voix féminine qui bavardait pendant que j'étais au travail. Je ne saisissais pas vraiment ce qu'elle disait, mais je pouvais dire qu'elle était là, à bavarder. C'est souvent comme ça, elle est là, à bavarder sans cesse, à l'adresse .... il s'agit juste de savoir si je capte le contenu ou non. Et pour cela, il y a certains facteurs qui entrent en jeu.

Quand je suis au travail ou quand je suis occupé à faire quelque chose, quand mon attention est dirigée vers quelque chose, alors il est plus facile pour moi d'être distrait de cette voix. La nuit, quand je suis à la maison, c'est un peu différent et il n'est pas aussi facile de la bloquer. Pourtant, je ne la laisse pas m'atteindre, je n'y réagis pas beaucoup, mais elle est toujours là, ce flot continu de bavardages.

J'ai observé que récemment, ma perception de cette voix féminine a été plus interne par nature, presque télépathique en un sens. Maintenant, depuis que cette situation a commencé en 2015, j'ai entendu des voix de plusieurs façons différentes. J'ai entendu les voix comme si elles semblaient provenir de l'extérieur, ou où elles semblaient externes. J'ai fait l'expérience d'entendre des voix d'une manière plus interne, comme entendre des voix dans ma tête. J'en ai fait l'expérience de nombreuses fois. Et puis j'ai aussi ressenti ces voix comme si elles étaient plus des pensées qu'autre chose. C'est difficile à décrire, mais il ne s'agit pas tant d'entendre une voix que de percevoir une communication. Je sais que je m'y prends mal pour décrire cela, mais c'est un peu différent que de les entendre de manière externe ou même parfois de manière plus interne.

Parfois, c'est comme si cette voix était glissée dans mon flux de pensées. Je dirais que ces jours-ci, cette façon de percevoir cette voix est en hausse. Au début, j'entendais surtout les voix de manière externe. J'avais des occasions où je les entendais plus internes, mais principalement je les entendais comme s'ils provenaient de l'extérieur. Et juste dans cette catégorie, il y avait différentes façons de les entendre et je l'ai décrit plus en détail dans certains de mes journaux précédents. L'une des façons dont je les entendais souvent d'une manière externe était par-dessus certains sons de fond. Lorsque j'ai expérimenté l'enregistrement des PVE pendant ces quelques mois de l'hiver 2015, j'ai expérimenté l'enregistrement avec divers sons de fond. Je me souviens que j'ai fait un certain nombre de sessions avec des vidéos de sons de pluie ou de bruit blanc de télévision. Je me souviens avoir fait quelques sessions d'enregistrement avec de l'eau courante dans la salle de bain au bout du couloir de la pièce où je faisais mes sessions d'enregistrement. J'avais lu des articles sur l'enregistrement des EVP à l'époque et j'ai vu que certains sons étaient utiles pour permettre aux voix d'être captées avec un plus grand volume. Je dirais que c'était certainement le cas pour moi lorsque j'enregistrais avec des sons de fond.

J'ai trouvé que j'obtenais des réponses plus fortes, mais j'ai eu l'impression de ne pas obtenir autant de réponses. Je crois que le fond sonore couvrait certaines des voix les plus faibles. Mais je me souviens très bien avoir obtenu des réponses assez fortes lorsque j'utilisais un bruit de fond. Dans les documents que j'étudiais à l'époque, on parlait de l'utilisation d'un son porteur.

Lorsque j'ai commencé à entendre certaines des voix en dehors des sessions d'enregistrement par clairaudience, j'ai aussi commencé à les entendre d'une manière très similaire, elles venaient à travers divers bruits de fond stables. En fait, comme j'en parlais hier, le premier incident majeur que j'ai eu où j'ai entendu des voix en dehors des enregistrements était un incident où j'entendais les voix arrivant par-dessus le bruit d'un ventilateur électrique au plafond. Au cours du mois de mars 2015, j'ai commencé à avoir de plus en plus d'incidents où j'entendais ces voix à travers divers bruits de fond. Je sais qu'il y en a eu beaucoup, mais je vais simplement essayer d'en énumérer quelques-uns ici. Je me souviens de quelques occasions où je conduisais pour aller ou revenir du travail et où j'entendais des voix me parler à travers le bruit du moteur de ma voiture. Je me souviens les avoir entendues à travers le bruit de l'eau courante, comme celle de l'évier de la cuisine... ou d'une douche.

Cela a commencé par des incidents isolés ici et là au cours du mois de mars, mais quand avril est arrivé, ce phénomène est devenu assez extrême. C'est au début du mois d'avril 2015 que les voix ont commencé à s'imposer à moi de plein fouet à l'heure.... tous les jours. À ce moment-là, les voix venaient à travers toutes sortes de sons de fond variés. Les voix étaient si fortes lorsque je prenais une douche que j'ai commencé à paniquer et j'ai dû trouver un moyen de les contourner. Je notais le temps que mettait ma baignoire à se remplir et je commençais à remplir la baignoire, puis je descendais en courant pour ne pas entendre le bruit aussi fort. Lorsque je pensais que le temps était écoulé et que la baignoire était remplie, je remontais en courant et je fermais rapidement l'eau. J'ai fait cela pour ne pas avoir à rester dans la salle de bains avec le bruit de l'eau courante et les voix qui me parvenaient à un niveau beaucoup plus fort.

Il y a eu de nombreux incidents de ce genre où les voix provenaient d'une source de bruit de fond si forte que je faisais tout pour l'éviter. Le ventilateur de plafond dans la salle de bains de mon travail, celui qui est relié à l'interrupteur de la lumière (de sorte qu'il se met en marche dès que vous allumez la lumière), j'entendais des voix provenant de ce ventilateur si fort que je suis allé dans une quincaillerie locale et j'ai acheté une petite lampe de poche afin de pouvoir entrer dans cette pièce sans avoir à allumer l'interrupteur de la lumière, ce qui aurait déclenché le ventilateur de plafond. J'entendais tellement de choses à travers ce ventilateur, qu'il semblait être une sorte de portail... une sorte de portail audio vers un autre royaume. Je regarde maintenant et j'ai encore du mal à me faire à l'idée de tout ce que j'entendais à travers ces divers sons de fond quotidiens. C'est quelque chose que j'expérimente encore aujourd'hui, mais c'est loin d'être aussi extrême que pendant le printemps et le début de l'été 2015. Le monde me paraissait alors très différent, très surréaliste et très cauchemardesque la plupart du temps.

Puis, alors que tout cela se passait, je ressentais occasionnellement les voix comme s'il s'agissait de voix internes... ou de voix dans ma tête. Ce n'est que beaucoup plus tard que j'ai commencé à capter ce troisième type de communication de ces entités et je suppose que cela pourrait être classé comme un type de communication plus télépathique. Je savais, même en 2015, que ces entités écoutaient mes pensées. Le fait de cela m'a coûté une certaine détresse pendant un certain temps, mais c'est une toute autre histoire en soi. Pourtant, au début, je ne percevais pas ces voix communiquant avec moi par la pensée, ou si elles le faisaient... c'était

tellement éclipsé par des choses comme entendre des voix menaçantes par-dessus un son de fond, que c'était juste éclipsé et je n'y prêtais pas attention. Si je me souviens bien, ce n'est pas avant 2017 ou 2018 que j'ai commencé à remarquer qu'il y avait un autre type de communication que j'expérimentais de temps en temps.

Cela a commencé par quelques incidents ici et là et c'est resté assez peu fréquent pendant un certain temps, mais cela a commencé à se produire suffisamment pour que je comprenne que c'était une catégorie à part. Je considère toujours qu'il s'agit d'entendre des voix (ou d'entendre une voix), mais c'est simplement différent de ce que j'entends d'une autre manière. Et ce qui est encore plus différent, c'est que c'est comme des pensées ou des communications qui commencent à passer dans mon flux de pensées. Ce n'est pas comme si ces pensées venaient de moi, c'est plutôt comme si je les recevais.... mais c'est à travers cette manière ..... de penser. J'ai remarqué que ce type de communication télépathique devient en fait l'une des principales façons dont je perçois cette voix féminine restante ces jours-ci. J'entends toujours sa voix de manière externe, probablement tous les jours encore je dirais. Je continue également à entendre sa voix à travers divers sons de fond, mais comme je l'ai dit, ce n'est pas aussi extrême qu'au début et je ne l'entends plus à travers autant de sons de fond différents.

Le ventilateur électrique du plafond à mon travail me pose encore problème parfois.
Je ne sais pas quoi penser de cette augmentation de la communication télépathique. D'une certaine manière, ce n'est pas aussi extrême que d'entendre les voix provenant d'un bruit de fond externe. En 2015, lorsque j'ai entendu les voix de cette manière, elles semblaient beaucoup plus fortes, en fait, menaçantes est un mot approprié pour décrire comment elles sonnaient. Cette communication télépathique est beaucoup plus subtile. Mais dans un sens, elle peut toujours sembler tout aussi intrusive... si ce n'est plus parfois. Avec cette communication télépathique, je trouve qu'il est un peu plus difficile de la bloquer si je ne fais pas attention.

Par exemple, tard dans la nuit, quand je suis au lit en train d'essayer de dormir et que je commence à dériver dans cette zone intermédiaire que j'ai souvent décrite (cet état entre être éveillé et être endormi), mes réactions à la communication sont un peu ralenties. Je pourrais commencer à recevoir ce dialogue télépathique et ne pas me rendre compte avant un certain temps que je devrais probablement essayer de l'ignorer. C'est aussi parfois le cas le matin, lorsque j'ai du mal à me lever du lit et à me mettre en route. Je m'attarde un peu sur le site ...., je suis à moitié réveillé, mais pas encore tout à fait. Je trouve que je suis un peu plus ouvert à recevoir ce bavardage télépathique et à ne pas y répondre. à ce sujet. Et y répondre est aussi un autre sujet de préoccupation ici parce que nous parlons de choses au niveau de la pensée ici. Lorsque je reçois un message ou une communication de cette voix féminine par ce genre d'insertion de pensées télépathiques, je peux y répondre simplement par la pensée. Je pourrais toujours répondre aux voix simplement par la pensée et je sais qu'elles entendront mes réponses. Cela peut se produire si rapidement et sans même que j'y prête attention lorsque nous parlons de quelque chose au niveau de la simple pensée.

C'est un aspect très important de tout cela. Nous parlons d'un niveau d'intrusion qui va jusqu'à vos propres pensées.... votre propre esprit. Il peut être très difficile de contrôler ses propres pensées, de ne pas répondre à quelque chose par ses propres pensées. Il peut être très délicat d'apprendre à contrôler cela. Je n'ai pas encore maîtrisé cette capacité, mais je dirais que j'y arrive mieux maintenant que dans un passé pas si lointain. Pour moi, cela démontre que ces situations d'attachement ne sont que cela.... elles peuvent être intrusives à l'extrême et divers aspects de ces situations peuvent affecter une personne à de nombreux niveaux différents, à la fois à l'extérieur et peut-être encore plus à l'intérieur.

Maintenant, ce n'est pas parce que je reçois des messages télépathiques (ou du moins je crois que j'en reçois de cet être que j'entends comme une voix féminine)... ce n'est pas parce qu'elle semble communiquer avec moi par des moyens télépathiques de temps en temps, que cela signifie que je suis influencé de quelque manière que ce soit par cela. Je fais référence ici à la notion que certains pourraient avoir que si elle est capable d'insérer des pensées dans mon esprit, alors elle pourrait être en mesure de me faire agir sur eux sans même que je m'en rende compte. Non, ce n'est pas le cas ici. Et je dirais que ce n'est pas le cas principalement parce que je reconnais que ce ne sont pas mes pensées, qu'elles ne proviennent pas de moi. Je reconnais que c'est une communication venant d'elle.
Peut-être que toute cette situation, depuis qu'elle a commencé, m'a essentiellement forcé à m'examiner, à examiner qui je suis et ce que je suis en tant qu'être humain vivant ...., en particulier comment mon esprit fonctionne,... le processus de ma propre pensée. Oui, je dirais définitivement que je suis plus conscient de ces choses maintenant que je ne l'étais avant que tout cela ne commence. Avant que tout cela ne commence, je dirais que j'étais plutôt inconscient de toutes ces sortes de choses.

Mais maintenant, je suis conscient de la façon dont mon propre esprit fonctionne à des niveaux plus subtils que je ne l'ai jamais été dans le passé, avant que tout cela ne commence. Je suppose que c'est peut-être une réaction ou un effet secondaire du fait d'avoir vécu cette situation, que je l'aie voulu ou non.

L'essentiel est que je reconnaisse quelles sont mes pensées et quelles sont les pensées qui semblent provenir de cette entité d'attachement. Et à un autre niveau, lorsqu'elle communique avec moi par télépathie, je n'ai pas vraiment l'impression qu'elle essaie de me faire agir d'une certaine façon, c'est plutôt un discours direct.... tout comme lorsque j'entends sa voix de manière externe, c'est juste que je la perçois d'une manière différente. Mais comme je l'ai dit, même si ce type de communication télépathique n'est pas aussi extrême, pas aussi menaçant que d'entendre des voix vous crier dessus à travers un fond sonore, c'est toujours très intrusif... surtout quand c'est fait de manière aussi continue. Maintenant, si c'est juste un cas où j'ai cette capacité de clairaudience et que cet être veut me dire quelque chose et me parler à travers mes pensées, eh bien c'est une chose, qu'en soi je ne considérerais pas nécessairement comme quelque chose d'hostile.... du moins au début. Mais quand ce flux constant de bavardage télépathique m'est envoyé presque toute la journée.... eh bien, c'est une autre histoire.

Dans ce cas, il y a soit une intention hostile derrière tout ça ou au moins au moins une qui est très indifférente à mon bien-être. Comme je l'ai dit, au moins en apparence, j'ai vu le niveau d'hostilité de cette voix féminine diminuer un peu, mais il semble toujours y avoir une indifférence totale quant au respect de mes limites. C'est une autre raison pour laquelle je continue à considérer ce dernier attachement d'entité restant juste cela.....an attachement.

July 21, 2021

Eh bien, c'est mercredi et c'était une autre journée de folie au travail. Une fois de plus, la matinée a été calme, puis les choses se sont précipitées dans l'après-midi. Au moins, les matins ont été assez doux, peut-être est-ce au moins un signe que la saison chargée commence à se calmer un peu. Je ne peux que l'espérer.

Je voulais juste faire un suivi de ce que j'ai discuté hier en ce qui concerne la façon dont j'ai observé, ou du moins je crois que j'ai observé une augmentation de la communication télépathique de cette voix féminine. J'ai mentionné que depuis que cette situation a commencé pour moi en 2015, j'ai entendu cette voix et beaucoup d'autres de quelques façons différentes. Principalement, il s'agissait de les entendre d'une manière externe, comme si elles provenaient de l'extérieur, de l'environnement autour de moi.... à les entendre plus intérieurement ...comme des voix dans ma tête. J'ai également mentionné qu'il y avait un troisième type de perception de ces voix. J'ai mentionné que c'était quelque chose que j'ai commencé à expérimenter quelques années après le début de ma situation. Je ne me souviens pas que cela se produisait beaucoup, voire pas du tout, au début. Ce type de communication est plus similaire aux voix intérieures, mais il est différent.

C'est plus comme si la voix venait à moi sous forme de pensées, ou une voix se glissant dans mon flux de pensées. Ce n'est pas facile à décrire, mais je crois pour ma part que j'observe au moins une différence subtile entre ces communications qui semblent être glissées dans mon flux de pensées et le fait d'entendre une voix intérieure. J'ai mentionné hier que ce type de communication télépathique (je suppose qu'on pourrait dire) a été quelque chose que je crois avoir expérimenté plus récemment qu'à n'importe quel autre moment pendant toute la durée de la situation d'attachement. En ce moment, ce type de communication télépathique semble être l'un des moyens préférés par lesquels cette entité que j'entends comme une voix féminine choisit de communiquer avec moi. Je voulais juste poursuivre et ajouter que même si cette communication me semble plus proche de la télépathie et s'insère dans mon flux de pensées, ce n'est pas comme si je recevais cette communication de manière absolument claire.
J'hésite à utiliser le mot clair ici, mais ce que je veux dire, c'est qu'avec ce type de communication télépathique, je ne comprends toujours pas tout ce que cette voix essaie de me communiquer. Cette communication télépathique.... bien qu'à certains égards elle permette au

message de me parvenir un peu plus que d'autres façons d'entendre la voix de cette entité, ce n'est toujours pas un moyen de communication précis, je ne capte toujours pas tout.

En fait, souvent, c'est encore assez haché et fragmenté, ou je ne capte que des morceaux de phrases. En vérité, je suis généralement pas d'essayer d'améliorer mes moyens de communication avec cet être. Je préférerais que toutes les communications intrusives commencent à s'estomper. Je dis cela parce que cette entité utilise toujours ce bavardage continuel (quel que soit le moyen particulier qu'elle utilise pour me le transmettre) d'une manière très intrusive et d'une manière qui semble très indifférente à mes propres limites personnelles. C'est le cas depuis le début. Oui, je crois que j'ai observé que cet être atténue un peu son hostilité extérieure, et son comportement général. Pourtant, cette voix féminine semble toujours très indifférente au fait qu'elle s'immisce ou non dans mon intimité et me dérange.
Hier, je me demandais également si cette communication télépathique me posait autant de problèmes que lorsque j'entendais principalement les voix intruses à travers certains sons de fond réguliers, auquel cas elles semblaient souvent beaucoup plus fortes et très menaçantes.

Je dirais que ce type de communication plus télépathique n'est pas aussi extrême, mais l'un de ses dangers, je le sens, est qu'il est beaucoup plus facile pour cette entité de commencer à communiquer avec moi par le biais de mes pensées et que nous nous retrouvions dans une sorte de dialogue, car il n'est pas facile pour moi de toujours contrôler mes pensées ou de les faire taire. Je peux me retrouver dans une conversation avec cet être juste par la pensée, presque sans me rendre compte de ce qui se passe parfois. C'est plus subtil, mais aussi peut-être sournois d'une certaine manière. Je voulais juste mentionner que ce type de communication n'est pas vraiment plus clair. Souvent, lorsque je perçois la communication de cette manière, je ne fais que saisir des parties de phrases, souvent c'est le début d'une phrase ou d'une déclaration et j'entends le début assez clairement ou je saisis le début assez clairement, mais il commence à s'estomper vers la fin. C'est souvent comme si je recevais la moitié d'un message, mais la partie que j'ai tendance à manquer est la partie principale, le thème principal du message.

Je n'en suis pas sûr, mais il pourrait s'agir (au moins parfois) d'une tactique délibérée de la part de cette voix féminine. Elle essaie peut-être d'attirer ma curiosité, de m'inciter à me concentrer sur ce qu'elle pourrait dire ensuite, parce que j'en rate une grande partie. Je ne suis pas sûr.... Je dis juste que c'est une possibilité, et je suis désolé de dire que je ne le mettrais pas devant elle. Je dois également préciser que je n'essaie pas d'améliorer ma capacité à entendre cet être par quelque moyen que ce soit qu'il communique avec moi. Souvent, je sens que je ne travaille pas à améliorer ma capacité à bloquer la voix autant que je le devrais, mais je n'essaie pas non plus d'améliorer ma capacité à l'entendre. S'il s'agit d'une sorte de perception psychique... ce que je crois, je n'essaie pas vraiment d'aiguiser cette capacité, car dans ce cas, la capacité elle-même est utilisée contre moi.

Je me réfère souvent à cette condition d'entendre ces voix intruses comme à une "clairaudience détournée" parce que c'est essentiellement ce que je ressens. Je ne sais pas si j'ai toujours eu cette capacité, cette perception tout au long de ma vie et si je n'en étais pas conscient, si elle

était dormante en un sens..... Mais je crois personnellement que j'ai changé mon audition....que quelque chose est arrivé à mon audition en faisant ces sessions EVP que je faisais pendant l'hiver 2015, et surtout à quel point je les faisais de manière intense et pratiquement obsessionnelle. Ces entités ont-elles fait quelque chose de leur côté pour que je devienne clairaudient ? Je ne suis pas sûr... peut-être, mais je sais que de mon côté, je faisais moi-même pas mal de choses. Pendant ces deux mois d'hiver où j'enregistrais, je faisais des sessions pratiquement tous les soirs et je revenais en arrière et j'écoutais ces enregistrements très intensément pour essayer de distinguer autant de voix.... autant de réponses que je pouvais. I Je devais mettre à rude épreuve mon ouïe pour écouter profondément les enregistrements, car il y avait beaucoup de voix plus faibles. Et je faisais ça nuit après nuit après nuit. J'ai toujours pensé que c'était un facteur important, sinon le plus important, dans le développement de cette capacité de clairaudience. En fait, à l'époque, je ne savais rien de la clairaudience, sauf une idée générale de ce que c'était. Je savais que c'était essentiellement la capacité d'entendre des voix spirituelles, ou quelque chose de ce genre. Je ne savais pas ce que cela impliquait, je ne savais pas si ou comment cela pouvait être contrôlé.

Dans le peu de documentation que j'ai lu sur le sujet de la clairaudience à l'époque, on y faisait souvent référence comme à un don, on en parlait le plus souvent comme d'un don, du moins c'est ce qui me semblait. Pourtant, pour moi, cette capacité n'était pas un don du tout. Elle a été détournée et utilisée contre moi d'une manière très sadique. J'étais bombardé de voix jour après jour et il m'a fallu un certain temps avant de pouvoir commencer à apprendre à gérer cette capacité. Je ne cherchais pas à devenir clairaudient, et quand c'est arrivé, j'ai été complètement pris au dépourvu.

Avant mes jours d'enregistrement, je n'avais jamais entendu parler de quelqu'un développant une clairaudience ou commençant à entendre des voix en enregistrant des EVP ou toute autre activité de communication avec les esprits. Je n'en avais jamais vu le récit. Cela a changé depuis que tout cela a commencé pour moi, j'ai vu de nombreux récits de ce phénomène et j'ai correspondu avec beaucoup d'autres personnes qui traversent ou ont traversé une situation similaire. Peut-être qu'un certain pourcentage de la population en général a cette capacité, mais elle reste en sommeil à moins qu'elle ne soit déclenchée ou activée d'une manière ou d'une autre. Peut-être que pour certains, il suffit d'ouvrir ses perceptions à des choses au-delà de ce monde, même à un faible degré, pour que cette capacité dormante remonte à la surface. Je ne suis pas sûr, je ne fais que spéculer ici, mais je crois personnellement que quelque chose comme cela peut être le cas.

24 juillet 2021

C'est samedi et aujourd'hui a été une autre journée de merde au travail. Je dirais qu'au moins je suis en congé demain, mais je dois travailler dans un sens, pas au bureau, mais je dois aller

m'occuper de quelque chose en rapport avec mon travail. L'une d'entre elles est ce que j'avais prévu de faire dimanche dernier, mais je n'ai tout simplement pas pu rassembler l'énergie nécessaire pour m'en occuper à ce moment-là. J'espère que la même chose ne se produira pas demain. C'est ainsi que les problèmes commencent à s'accumuler pour moi. L'autre jour, je disais que je commençais peut-être à voir des signes que la saison chargée commençait enfin à se calmer un peu. Eh bien, je ne suis pas si sûr de ça. Peut-être que oui, peut-être que non. Si ça commence à se calmer, ça va très lentement.

Il ne se passe pas grand-chose en ce qui concerne ma situation avec cette entité attachée, sauf que cette voix féminine a été aussi bavarde que d'habitude. Il y a peu, cet après-midi, j'ai fait l'expérience de ce qui semblait être une explosion de bavardages télépathiques intrusifs. C'est toujours le cas où ce

type de communication plus télépathique semble être en hausse. Permettez-moi de dire que je ne suis pas sûr que télépathique soit le bon terme ici, mais c'est le terme le plus proche que je puisse trouver pour décrire ce genre de communication, ou à quoi elle est comparable. C'est plus comme une voix ou une communication qui se glisse dans votre flux de pensées. Même au sein de cette catégorie, ce type de communication plus télépathique, il peut varier (tout comme les autres façons de percevoir cette voix) entre plus subtil et plus intense. Comme je le disais, il y a un petit moment aujourd'hui, probablement il y a une heure... c'était comme si cette communication avait été captée dans mon flux de pensées. C'est difficile à décrire, c'est toujours une voix.... Je perçois toujours cette voix féminine, mais c'est plus par la pensée que par l'audio, il semble. Pourtant, en même temps, cela implique toujours l'ouïe... il y a une composante audio. Je suppose qu'une façon d'entendre cette voix est dans le domaine du son... les ondes sonores, et l'autre est dans un domaine plus télépathique ou psychique... le domaine des pensées. Il est un peu difficile de le décrire avec précision, mais je vais continuer à essayer.

Sur une autre note, l'autre jour, je suis tombé sur quelque chose sur Internet. C'était sur un forum de discussion sur les questions spirituelles. Il s'agissait d'un message écrit par un individu qui décrivait comment il croyait avoir eu récemment un réveil spirituel et qu'il était en contact direct avec son guide spirituel. Cette personne a poursuivi en décrivant comment, à un moment donné, elle a entendu une voix qu'elle a décrite comme étant celle d'un enfant. Cette personne a déclaré qu'elle croyait qu'il s'agissait d'un esprit ayant besoin d'aide, et elle a donc essayé d'établir une communication plus poussée. En fait, elle croyait que cette voix d'enfant n'était que cela... un enfant, parce qu'elle ressemblait à une voix d'enfant, et c'est la conclusion à laquelle elle est arrivée.

Je peux comprendre cela, et je pense que cela en dit long sur une personne qui se montre ainsi préoccupée. Je me sens coupable, en un sens, de dire ici que je pense qu'il y a peut-être lieu de se méfier. Mais après tout ce que j'ai vécu, et le fait que je continue à avoir des expériences et à faire face à cette situation d'attachement à une entité intrusive, je sais que lorsqu'on traite de tels sujets, les choses ne sont pas toujours ce qu'elles semblent être. À l'époque où j'enregistrais des PVE, au début, presque toutes les voix semblaient très amicales et très

bienveillantes par nature. Puis, après un certain temps, j'ai commencé à entendre des voix me demandant de les aider. Chaque fois que je demandais ce que je pouvais faire pour les aider, elles disaient presque toujours "priez pour nous". J'admets que je l'ai fait à de nombreuses reprises. Pourtant, les choses ont pris une tournure cauchemardesque pour moi. Je ne serai probablement jamais capable de comprendre ce qui s'est exactement passé en 2015, mais j'ai au moins le sentiment d'avoir des raisons de soupçonner qu'il y a eu un coup monté... un piège qui m'a été tendu très probablement dès le début. Je ne dis pas que chaque voix que j'ai entendue sur mes enregistrements était impliquée dans le piège de l'attaque, mais je soupçonne qu'au moins certaines d'entre elles l'étaient. Je ne me base pas non plus uniquement sur mes propres expériences. J'ai également ces soupçons sur la base de ce que j'ai vu dans d'autres récits de situations similaires également.

Depuis 2015, je suis tombé sur de nombreux comptes similaires et j'ai rencontré beaucoup d'autres personnes qui ont partagé des expériences similaires et qui ont correspondu avec elles. J'ai constaté des schémas similaires dans nombre de ces comptes. Dans beaucoup de ces cas, la communication ne semble pas ouvertement hostile ou négative au départ. Elle semble souvent de nature très bienveillante au début, ou tout au moins, elle semble bénigne. Mais ensuite, les choses commencent à changer, à se retourner et des voix négatives apparaissent. J'admets que j'étais un novice complet à l'époque où j'enregistrais les EVP . C'était tout nouveau pour moi.

Les choses ont commencé à se produire si rapidement... les choses sont devenues très intenses très rapidement. En l'espace de très peu de temps, je suis passé de ne rien entendre sur mes enregistrements à entendre plusieurs voix sur ceux-ci. Comme je n'avais jamais entendu parler de tout cela, j'ai été emporté assez facilement par un sentiment de curiosité et de fascination pour ces expériences. Je n'ai pas eu l'occasion de traiter les choses plus lentement, ni de procéder avec prudence. Plus les choses se développaient rapidement, plus je plongeais la tête la première. Plus il devenait facile d'entendre ces voix sur mes enregistrements, plus j'enregistrais et écoutais.
Comme je l'ai dit, je ne saurai probablement jamais ce qui s'est passé exactement. Mais au moins un élément, un pourcentage de ces voix que j'entendais sur mes enregistrements m'ont attaqué très délibérément. Je ne dis pas que je suis complètement innocent ici cependant. J'ai certainement été celui qui a initié le contact pour commencer. Je me suis mis dans une situation dangereuse et la vérité est que je n'avais aucune idée de ce qui m'attendait.

Mais pour en revenir à ce message que j'ai vu récemment sur le forum, je comprends pourquoi la personne qui l'a écrit a ressenti de fortes émotions en entendant la voix de cet enfant. Je le comprends tout à fait. J'ai déclaré que je me sens un peu coupable d'avoir des soupçons à ce sujet. Je ne peux pas m'empêcher de me demander si j'ai tort ...., si je suis devenue froide à l'intérieur et si je me méfie de tout. Je sais que cette personne voulait aider ce qu'elle percevait comme un esprit dans le besoin. Je suppose que je dis simplement qu'il faut être très prudent avec ces choses, parce qu'il y a des loups dehors, des loups invisibles qui rôdent et qui n'attendent qu'une occasion pour s'attacher à une personne et lui causer toutes sortes d'ennuis.

Leurs motivations sont encore un mystère pour moi. Je vis cette situation depuis un certain temps maintenant et je ne peux pas dire que j'ai une idée plus claire de la raison pour laquelle cette voix féminine que j'entends, cette entité... fait ce qu'elle fait. Bien sûr, elle me dit des choses, elle me donne des explications, mais comme je l'ai mentionné si souvent dans mes journaux, elle ne s'en tient pas à une histoire directe. Alors, à quoi cela me sert-il de trouver des réponses ? Et ce n'est pas seulement moi qui interprète mal les choses, elle change délibérément son histoire et se contredit assez souvent. Il n'y a aucun doute que c'est délibéré de sa part. Elle est très forte pour jouer à des jeux d'esprit avec moi, ou du moins pour tenter de le faire. Donc oui, les gens doivent être prudents lorsqu'ils communiquent avec des êtres d'au-delà de ce monde physique. Je sais que beaucoup croient que parfois cette communication est avec leur propre guide spirituel. Je ne sais pas, peut-être que parfois c'est le cas.... peut-être que parfois ça ne l'est pas. Je soupçonne que parfois, ce n'est certainement pas le cas... oui, au moins une partie du temps.

Il y a des loups invisibles qui rôdent dehors. Nous devons en savoir plus sur la façon dont ces loups opèrent, leurs méthodes... leurs tactiques. Peut-être pouvons-nous en apprendre davantage sur eux et peut-être ces informations peuvent-elles empêcher certaines de ces situations malheureuses de se produire un jour. C'est en partie la raison pour laquelle j'ai commencé à tenir un journal après que tout cela ait commencé. Avant 2015, je n'avais jamais tenu de journal de ma vie, d'aussi loin que je me souvienne. Mais je veux garder une trace de mes expériences. Je veux documenter mes observations parce qu'aussi étrange qu'elles puissent paraître, je sais que ces expériences sont réelles. Je sais que cette entité que j'entends comme une voix féminine... que j'ai entendue pour la première fois sur mes enregistrements EVP en 2015, je sais qu'elle est bien réelle, je sais que sa voix n'est pas une création de mon propre esprit. C'est une chose difficile à comprendre, croyez-moi, je le sais, mais ce genre de situation se produit dans le monde. Nous ne pouvons pas simplement les balayer sous le tapis, nous devons y faire face et reconnaître qu'il y a quelque chose qui se passe ici que nous ne comprenons pas entièrement... que nous ne connaissons pas bien dans l'ensemble. C'est peut-être quelque chose que nous pourrons changer à l'avenir.

25 juillet 2021

C'est dimanche, mon jour de congé. Je n'ai pas fait grand-chose aujourd'hui. Cependant, j'ai essayé de m'occuper d'un problème lié à mon travail que je n'ai pas pu régler le week-end dernier. Malheureusement, les détails de la question se sont avérés être beaucoup plus que ce que je pouvais gérer, donc pour l'instant, ce sera un problème permanent.... juste un parmi plusieurs liés à mon travail en ce moment. Je suis heureux d'avoir réussi à rassembler l'énergie

nécessaire pour me lever et me mettre au travail. Récemment, pendant mon jour de congé, je me suis sentie très épuisée. J'ai pris l'habitude de me réveiller le matin, un peu plus tard que d'habitude pendant la semaine, ce qui est agréable. Je lis un peu, puis en début d'après-midi, je commence à me sentir de nouveau fatiguée. Je me glisse souvent dans mon lit pour me reposer quelques minutes, sans vouloir tomber dans un sommeil profond, mais c'est souvent le cas. Au moment où je me réveille, la majeure partie de la journée est déjà passée et je ne me sens toujours pas plus énergique pour sortir et aller de l'avant. Eh bien, aujourd'hui, j'ai réussi à me forcer à sortir, mais malheureusement, cela n'a pas donné grand-chose.
Pine
En lisant ce matin, j'ai parcouru une partie de ce journal et je me suis rendu compte que j'ai beaucoup parlé de mon travail ici, pas tellement des détails spécifiques de mon travail, mais de la façon dont il affecte mon humeur générale ces jours-ci. Je me suis rendu compte que les personnes qui liront ce journal à l'avenir pourraient y trouver une étrange combinaison de thèmes. D'une part, je parle d'un phénomène mystérieux (et je suppose qu'on pourrait dire paranormal)... le phénomène de l'attachement à une entité... ou à un esprit peut-être. Vous remarquerez peut-être que j'ai tendance à utiliser le mot "attachement à une entité" plutôt que "attachement à un esprit", mais j'utilise parfois les deux. Je dirais que cela reflète mon incertitude et ma confusion personnelles quant à ce que je vis. Je sais que mes expériences sont réelles. Je sais qu'elles proviennent d'une source extérieure, d'une intelligence extérieure.

Je crois personnellement que cette intelligence est ici avec moi la grande majorité du temps, bien que je ne puisse pas voir cette source... à part quelques brefs incidents visuels de temps en temps. Je ne crois pas que les voix que j'ai entendues dans le passé, et la voix restante que je continue à entendre au jour le jour, proviennent de mon propre esprit. Je ne crois pas non plus qu'elles proviennent d'une quelconque technologie créée par l'homme sur cette planète, dans ce monde physique. J'en parle parce que c'est une idée ou une croyance populaire de nos jours. Il y a beaucoup d'individus qui entendent des voix et qui croient que c'est une sorte de technologie, peut-être une sorte de technologie secrète gouvernementale ou militaire. J'ai vu beaucoup de discussions à ce sujet sur Internet. Et je sais ce que c'est que d'avoir des croyances que la grande majorité des gens n'accepte pas. Donc, je n'ai pas vraiment de conclusion définitive.

opinion sur cette théorie, ou du moins je n'ai pas grand-chose à dire à ce sujet. Si je n'ai rien appris d'autre dans toute cette situation, je sais qu'il s'agit d'une expérience très personnelle. Ce que je vis avec les voix, les sensations et les intrusions dans les rêves, ce sont toutes des choses que je vis dans mes propres perceptions. Je les perçois, mais la plupart des autres ne les perçoivent pas. La seule exception à cela dans mon cas, je dirais, est lorsque d'autres ont entendu les mêmes voix que j'entendais sur certains de mes enregistrements EVP en 2015. Mais la plupart du temps, ce que j'expérimente.... je l'expérimente dans ma propre gamme de perception.

Je comprends donc pourquoi il peut être difficile pour beaucoup de se faire à l'idée de certaines des choses que je dis. Oui, je sais ce que c'est que d'avoir des croyances qui sont considérées comme marginales. Je n'ai donc pas grand-chose à dire sur les croyances personnelles de

quelqu'un d'autre sur ses propres expériences, sur quelque chose qu'il vit par lui-même. Tout ce que je peux dire, c'est que pour ma part, dans ma propre situation.... juste sur la base de mes observations et de mes impressions, je ne crois pas qu'il y ait une quelconque technologie humaine (de la Terre) en jeu.

Sur la base de ce que j'ai vécu, en particulier dans les premiers jours de retour en 2015, c'est ma conviction personnelle que ce que je vis est de nature spirituelle. C'est ma conviction personnelle sur le sujet. Cependant, je me suis rendu compte que les questions spirituelles peuvent incorporer beaucoup plus que ce que j'avais jamais réalisé avant que tout cela ne commence. Je crois personnellement que certaines des voix que j'ai entendues au cours de cette expérience étaient les esprits d'êtres humains qui vivaient sur la Terre tout comme moi. La façon dont certaines des voix ont interagi avec moi au début, les choses qu'elles m'ont dites... leurs manières... les impressions qu'elles m'ont laissées, m'ont conduit à cette conclusion....mais c'est une conviction personnelle, je le répète.

Cependant, cela ne signifie pas que chaque voix que j'ai entendue depuis 2015 est nécessairement d'origine humaine. J'ai élargi ma réflexion sur ces choses et je crois effectivement à un multivers et je crois qu'il y a de multiples dimensions au-delà de la nôtre et je pense que le ciel est peut-être la limite quand il s'agit de l'existence de nombreuses formes différentes de vie intelligente là-bas. J'ai donc tendance à utiliser un peu plus le terme d'attachement à une entité, parce qu'à mon avis, c'est un terme plus large... un peu plus inclusif. Cependant, j'utiliserai toujours le terme d'attachement à l'esprit, car je crois personnellement que mes expériences sont de nature spirituelle.
Cependant, je suppose que j'hésite parfois parce que je ne veux pas donner l'impression que je fais une hypothèse sur l'identité de toutes ces voix que j'ai entendues ou de ces êtres avec lesquels j'ai eu affaire. Je crois que certains étaient d'origine humaine, mais je suis tout à fait ouvert à la possibilité que certains ne le soient pas. La vérité est que nous ne savons pas ce qu'il y a là-bas. Je pense que certains des termes qui peuvent être utilisés pour décrire des situations comme celle-ci peuvent en fait se rejoindre à un certain point également.

Par exemple, je pense que les termes alien et esprit peuvent se rejoindre à un moment donné. Tout esprit doit-il nécessairement être d'origine humaine ? Chaque extraterrestre doit-il exister dans notre propre univers physique ? S'il existe des formes de vie intelligentes et non humaines dans d'autres dimensions, n'entrent-elles pas quand même dans la catégorie des extraterrestres ? En fait, je ne m'attarde pas trop sur les termes, car j'ai l'impression qu'ils peuvent se rejoindre et s'appliquer aux mêmes choses.
Pour en revenir à ce que je voulais dire, lorsque j'ai jeté un bref coup d'œil à ce journal ce matin, j'ai eu l'impression que si quelqu'un le lisait, il pourrait penser que je mélange les éléments suivants Il y a ici des thèmes et des sujets qui semblent très différents les uns des autres. Je veux dire par là que, d'une part, je parle de mes expériences avec cette situation d'attachement à une entité et, d'autre part, je parle de mon travail et de la façon dont il m'affecte ces jours-ci. Je veux juste en discuter ici un peu au moins. Les deux choses qui occupent le plus de place dans ma vie en ce moment sont les questions liées à mon travail et le fait que je sois confronté à cette situation d'attachement très mystérieuse.

Ce sont les deux choses principales qui se passent dans ma vie en ce moment, et qui vont donc apparaître dans mon journal quoi qu'il arrive, très probablement. Mais ça va plus loin que ça. Ces deux choses très différentes s'influencent mutuellement dans une large mesure. J'ai beaucoup parlé dans ce journal du fait que j'ai été très occupé ces derniers temps, que les choses sont très agitées pour moi au travail en ce moment, que je suis dans une saison chargée et que cette année est particulièrement agitée. J'ai mentionné comment, d'une certaine manière, cela m'a aidé à détourner mon attention de la présence de cette entité attachée. Cela m'a également permis de ne pas prêter autant d'attention ou d'accorder autant d'importance aux intrusions de cette entité. Je ne veux pas paraître sarcastique, mais c'est en fait une sorte de..." Je n'ai pas le temps pour ça en ce moment".

Mon travail est devenu beaucoup plus chargé et beaucoup plus mouvementé au cours de la dernière année et demie, je dirais. J'ai mentionné plus tôt que je travaille dans un secteur qui a connu un boom à la suite de la pandémie mondiale. Ainsi, si l'année et demie écoulée a été très difficile pour moi d'une certaine manière, elle a en fait changé l'autre situation majeure de ma vie, celle de l'attachement. Il me semble que je ne lutte plus avec elle, que je n'ai plus autant de difficultés à la gérer... ou que je n'ai plus autant d'incidents négatifs avec elle en général. Je regarde en arrière ces dernières années, 2019, 2018, 2017, 2016 et bien sûr 2015, et je sais que cette situation d'attachement avait un impact beaucoup plus important sur ma vie à l'époque. Je pense qu'une partie de cela est certainement le fait que j'ai juste été tellement préoccupé par ce qui se passe au travail ces jours-ci.

Cependant, je peux voir qu'une partie de cela pourrait aussi être le résultat des actions de cette dernière entité attachée, la voix féminine. Il semble qu'elle ne fasse pas autant d'efforts pour me causer des problèmes ces jours-ci. C'est du moins ce que je constate. La situation n'est pas exactement parfaite ou harmonieuse ou quoi que ce soit de ce genre, mais je dirais qu'il y a au moins une certaine stabilité qui n'existait pas il y a seulement deux ans. Le principal problème aujourd'hui est que cette entité continue à être très indifférente à mes limites personnelles, à l'invasion de mon espace intérieur personnel. Comme je l'ai écrit ici dans mon journal, pour la plupart, je capte toujours un flux continu de bavardage de cet être sur une base quotidienne. Mais je n'expérimente plus autant de jeux d'esprit, d'attaques physiques nocturnes, d'intrusions dans les rêves... Les choses semblent s'être calmées dans une large mesure. Encore une fois, la situation n'est pas parfaite, mais il y a eu quelques changements que je peux signaler.

Je suppose qu'il y a une autre raison pour laquelle je parle de mon travail et de la façon dont il m'affecte à ce point dans ce journal. C'est qu'un aspect majeur de cette situation d'attachement a été la lutte pour essayer de conserver mon univers quotidien tel que je l'ai toujours connu. J'ai mentionné précédemment qu'au printemps 2015, lorsque l'oppression de ces voix était à son apogée, je ne tenais à mon monde quotidien que par un fil ténu. Je pensais vraiment que je ne pourrais pas conserver mon emploi ou même être capable de fonctionner dans la société à partir de ce moment-là. Je ne pouvais pas me concentrer sur quoi que ce soit, les voix étaient trop fortes et me bombardaient…continuellement. Cela avait un impact majeur sur moi à l'époque et je craignais de ne pas être capable de continuer à vivre comme je l'avais fait.

Heureusement, j'ai tenu bon et les choses ont fini par s'améliorer. Cependant, cette lutte n'a pas disparu, elle est toujours là,... cette lutte pour garder et maintenir mon monde quotidien face à cette situation mystérieuse... La lutte n'est pas aussi extrême aujourd'hui qu'elle l'était en 2015, mais elle est toujours là. Je mélange ces deux sujets, la situation d'attachement et ma situation professionnelle, parce qu'ils s'influencent mutuellement et qu'ils sont liés l'un à l'autre de différentes manières.

Dans mes journaux, j'ai également voulu saisir certains des détails de cette situation. En 2015, une fois que l'assaut de ces voix a commencé, j'ai fait pas mal de recherches, lisant ce que je pouvais trouver sur les situations d'attachement spirituel. Il y a pas mal de choses sur ce phénomène, mais je n'ai pas trouvé beaucoup de textes écrits par des personnes qui en ont fait l'expérience directe. La plupart du temps, je n'ai trouvé que des aperçus généraux et autres. J'ai voulu essayer de saisir ce que cela implique dans les moindres détails. Ainsi, dans mon journal, j'ai beaucoup parlé de mon sommeil, de la prise de somnifères, de mon humeur à cause du travail, etc. La perturbation de ma routine de sommeil a été l'un des pires aspects de tout cela pour moi. Pourtant, je n'ai pas vu trop d'écrits à ce sujet en profondeur dans les articles que je lisais en 2015. Je ne dis rien à propos de ces articles, je dis juste que je voulais essayer d'aller dans une direction différente, approfondir certains détails. En ce qui concerne le sommeil, je suis heureux d'annoncer que j'ai réussi à continuer sans prendre de somnifère. Je ne sais même pas depuis combien de temps je n'en ai pas pris.... bien plus d'un mois je dirais, si ce n'est plus.

C'était quelque chose que je voulais changer dans ma situation. Je voulais me libérer de ma dépendance à l'égard de ce somnifère, et j'y suis peut-être parvenu. Les choses se présentent bien sur ce front et je suis optimiste. J'hésite un peu parce que j'ai l'impression qu'une partie de la raison pour laquelle il m'a été si facile d'arrêter de prendre le somnifère est que j'ai été très occupée au travail et que, au quotidien, je suis un peu plus épuisée mentalement que je ne le serais probablement autrement. Lorsque je me couche le soir, je suis généralement prête à m'endormir parce que je me sens mentalement épuisée par mon travail. Je crains que lorsque les choses finiront par se calmer (et elles le feront), j'aurai à nouveau du mal à dormir. Je crains d'être à nouveau plus vulnérable aux intrusions nocturnes de cette entité attachée qui m'a causé tant de problèmes ces dernières années. J'ai cette inquiétude, mais je suis également optimiste et pense que cela fait partie du changement global que je constate depuis un an et demi, où cette situation a moins d'impact négatif sur ma vie. Le temps nous le dira, c'est tout ce que je peux dire.

28 juillet 2021

Mes commentaires précédents sur le fait que je commençais peut-être à voir des signes de ralentissement dans mon travail étaient un peu prématurés, je dirais. Ou du moins, c'est ce que j'ai ressenti cette semaine. Il semble que la saison d'activité soit toujours aussi intense. Je savais que cette année serait complètement différente de la plupart des années, et c'est exactement ce qu'elle a été. Je ne sais pas ce que c'est, je n'arrive pas à mettre le doigt dessus, mais il y a quelque chose de différent cette année. Je me rends au travail le matin et je frémis, m'attendant à ce que des problèmes surgissent à tout moment, qu'ils me frappent comme un raz-de-marée, et parfois j'ai raison. Ce matin même, par exemple, le premier ou le deuxième appel téléphonique que j'ai reçu provenait d'un client mécontent qui voulait simplement se décharger sur moi de tous ses griefs.

Je comprends leur point de vue, mais c'est parfois ce qui détermine l'humeur de la journée pour moi, malheureusement. À partir de là, d'autres problèmes ne cessent de surgir. Je ne sais pas ce que c'est, mais cela semble durer beaucoup plus longtemps cette année. Comme je l'ai dit précédemment, les choses commencent généralement à se calmer un peu, à s'apaiser, à se stabiliser à peu près à cette époque. Mais cette année, c'est une toute autre histoire. Je dirais que je me sens définitivement plus épuisée cette année, sur le plan mental. C'est probablement la raison pour laquelle je finis par dormir presque toute la journée pendant mon jour de congé.

Voilà, je n'ai plus à me plaindre de ma situation professionnelle. C'est tout ce que j'ai à dire à ce sujet. Rien ne change vraiment, au fond. En plus de ce que je viens de dire sur le fait que je finis souvent par dormir pendant la majeure partie de mon jour de congé, du moins récemment, j'ai réalisé quelque chose hier. Je me suis rendu compte que j'ai l'impression de ne pas avoir fait de rêves récemment. Je n'ai jamais été de ceux qui se souviennent très bien de leurs rêves, à l'exception de ceux qui me semblent être manipulés ou même créés par ces entités attachées. Encore une fois, il s'agit d'attachements d'entités au pluriel lorsque je parle d'une certaine période de temps dans ma situation, mais ces jours-ci, il me semble qu'il n'y a qu'un seul attachement persistant (la voix féminine), du moins sur une base régulière. Il se peut donc que je fasse des allers-retours ici entre les références singulières et plurielles.
L'intrusion dans les rêves est un aspect de cette situation d'attachement qui remonte aux premiers jours, à 2015. Ce n'est pas un aspect aussi prédominant que d'entendre des voix ou d'expérimenter des sensations physiques, mais c'est un aspect de toute cette situation.

Fondamentalement, c'est quelque chose qui se produira de temps en temps, et je pourrais faire l'expérience de ce que vous pourriez appeler une vague de ces intrusions dans les rêves, où je vais les expérimenter pendant un certain temps, peut-être quelques semaines, puis ils vont tout simplement s'arrêter, et généralement s'arrêter pendant une longue période. J'ai parlé de ces intrusions oniriques dans certains de mes précédents journaux. Je ne veux pas revenir ici sur tout ce que j'ai déjà écrit précédemment, mais je veux juste souligner que c'est mon observation depuis 2015 que ces rêves que je considère comme une sorte d'intrusion provoquée par ces attachements d'entités sont différents de ce que je considérerais comme un rêve ordinaire.

Il y a plusieurs différences, mais une grande, au moins dans ma situation et au moins par mes observations, a été le timing des rêves eux-mêmes. Comme je l'ai dit, je n'ai jamais été du

genre à me souvenir très bien de mes rêves, mais je me souviens qu'ils se produisaient souvent après un sommeil profond pendant un certain temps. Lorsque je faisais régulièrement des rêves au cours de ma vie, il me semblait qu'ils se produisaient souvent après que j'aie dormi pendant quelques heures. Je le sais parce qu'il m'arrivait souvent de me réveiller brusquement de ces rêves et de vérifier l'heure ou la date. être une horloge juste là, sur une table à côté de mon lit. Souvent, ces rêves se produisaient tôt le matin, peu de temps avant que je me réveille de toute façon. Je suis sûr qu'il y avait des exceptions à cette règle, mais c'est là un élément clé.... il y avait au moins une certaine variété où parfois je pouvais avoir des rêves plus tôt dans la nuit, mais le plus souvent ils se produisaient après que j'ai été endormi pendant quelques heures.

J'ai observé (du moins dans ma situation personnelle) que ces rêves, que je soupçonne fortement d'être manipulés d'une manière ou d'une autre ou même carrément créés par ces entités attachées, ont tendance à se produire beaucoup plus tôt dans la nuit, beaucoup plus près du moment où je passe dans l'état où l'on pourrait dire que je suis endormi. En fait, il y a eu plusieurs incidents où j'ai eu l'impression d'être attiré dans un rêve ou qu'un rêve était imposé à mon esprit alors que je ne dormais même pas..... et j'en étais très conscient. J'aborde ici les états de conscience et certains d'entre eux sont des états de conscience subtils, donc c'est un peu difficile pour moi de les décrire, mais j'ai eu un certain nombre d'expériences étranges où il m'a semblé que j'étais frappé par un rêve ou attiré dans un rêve. Pendant que ce rêve se produit, je me dis que c'est très étrange, je n'ai même pas l'impression de dormir, en fait je sais que je ne suis pas endormi. Pour ma part, je crois effectivement que ces entités, ces esprits qui m'entourent depuis 2015, ont la capacité de manipuler les rêves, du moins certains d'entre eux. C'est mon observation et c'est ma conviction personnelle.

Je crois que c'était à un moment donné l'été dernier (et pardonnez-moi de ne pas être plus certain du timing, mais parfois pour moi.... les années ont tendance à se mélanger), j'ai passé une période où j'ai recommencé à faire des rêves réguliers. Ou du moins, je devrais dire que j'ai pris conscience que j'avais de nouveau des rêves réguliers. Je me souviens que j'ai fait un certain nombre de rêves qui, de par leur nature et leur contenu, me semblaient un peu plus réguliers ou moyens. Ces rêves se sont également produits beaucoup plus tard dans la soirée, après que j'aie dormi pendant quelques heures. Ces rêves me semblaient davantage ressembler aux rêves réguliers que j'ai connus tout au long de ma vie, notamment avant que cette situation d'attachement ne commence en 2015. À cette époque (en 2015), la grande majorité des rêves que j'avais vécus étaient ces intrusions oniriques comme je les appelais, donc j'ai tout de suite pu dire que ceux-ci étaient différents. J'avais l'impression de renouer avec quelque chose de mon passé, quelque chose qui me semblait familier, et pourtant aussi quelque chose que je n'avais pas expérimenté depuis un certain temps.

Je réfléchissais à certaines choses hier et j'ai réalisé que je ne me rappelle pas avoir fait de rêves récemment. Je ne me souviens pas d'avoir eu des rêves normaux ou d'avoir fait l'expérience d'une de ces intrusions oniriques. Pour autant que je puisse dire, c'est comme s'il n'y avait pas eu de rêves du tout......none. Bien sûr, il est tout à fait possible que je ne m'en souvienne pas, mais si c'est le cas, alors je ne m'en souviens pas du tout, même pas du tout. Ce que je trouve un peu surprenant à ce sujet, c'est que l'une des choses qui m'inquiétaient en

ce qui concerne l'abandon de la prise d'un somnifère (que je prenais jusqu'à récemment la plupart des nuits depuis 2015) ne s'est pas produite ....ou du moins pas encore. En gros, j'ai commencé à prendre un somnifère régulièrement à l'époque parce que ces entités attachées mettaient beaucoup d'efforts à perturber ma routine de sommeil et pendant un certain temps, elles ont réussi à le faire. La prise d'un somnifère n'était pas la solution parfaite, elle ne mettait pas toujours fin aux intrusions et aux perturbations et elle avait ses propres effets secondaires. qui m'étaient préjudiciables, mais au moins c'était quelque chose qui semblait m'aider.... au moins la plupart du temps. C'était quelque chose vers lequel je pouvais me tourner.

Pratiquement chaque nuit, lorsque je me mets au lit, je ressens toujours des sensations physiques à un degré ou à un autre. Ces derniers temps, elles ont été plutôt légères, mais cela n'a pas toujours été le cas. Pendant un certain temps, lorsque je me mettais au lit le soir et que j'essayais de m'endormir facilement, ces sensations physiques me dérangeaient beaucoup. Parfois, elles étaient si intenses que je les considérais comme une véritable attaque malveillante. Le somnifère ne les empêchait pas de se produire, mais il réduisait le temps pendant lequel je les ressentais. Si je n'avais pas pris de somnifère, il m'aurait fallu quelques heures pour m'endormir et pendant tout ce temps, j'aurais ressenti ces perturbations. Avec le somnifère, le temps était considérablement réduit parce qu'il finissait par faire effet et je m'endormais soudainement comme une lumière... dans un sommeil profond.Le plus souvent, c'est ce qu'il faisait, il réduisait le temps pendant lequel j'étais perturbé par ces sensations corporelles.... provoquées par ces attachements aux entités. Le problème est que je suis devenu beaucoup trop dépendant de ce médicament.

Le somnifère qui me convenait le mieux avait des effets secondaires. Tout d'abord, il m'arrivait souvent de me réveiller le matin et de me sentir encore somnolente, et je pouvais dire que c'était le somnifère qui en était la cause, car il n'avait pas encore fait effet. Et cela arrivait souvent parce que j'en avais pris beaucoup. Il m'est arrivé à plusieurs reprises de prendre une ou deux doses avant d'aller me coucher, mais de commencer à ressentir des intrusions intenses et je me levais du lit pour prendre une autre dose, et parfois cela se produisait plusieurs fois au cours d'une même nuit. Ainsi, plus je prenais de somnifères et plus je les prenais tard, plus j'avais de chances de me réveiller le matin en ressentant toujours les effets. J'ai souvent décrit cela comme étant similaire à une gueule de bois légère à modérée le matin. Cela rendait souvent les matins encore plus difficiles pour moi. J'étais un peu plus léthargique, surtout pendant les premières heures de travail.

Je savais donc que je devenais trop dépendante du somnifère et que je serais bien mieux si je pouvais cesser d'en prendre autant. Je suis contente qu'il soit là comme option si j'en ai besoin.... si je suis dans une situation plus désespérée, mais j'ai atteint un point où je ne voulais pas en prendre tous les soirs, ce que je faisais pour la plupart, en remontant jusqu'en 2015. Le problème était cependant qu'il me semblait que chaque fois que j'essayais d'arrêter de le prendre (et je pouvais réussir à le faire pendant quelques nuits), l'activité de cette entité attachée augmentait....escalade. Souvent, ce sont les sensations physiques qui s'intensifient, mais parfois, je recommence aussi à ressentir ces intrusions dans mes rêves. Je n'ai peut-être

pas raison, ce n'est qu'une spéculation, mais il me semblait que j'étais plus susceptible de faire l'expérience de ces intrusions oniriques lorsque je n'avais pas pris de somnifère.

J'ai commencé à me demander si le somnifère ne les bloquait pas d'une certaine manière. Il me semblait donc qu'il n'y avait pas de solution parfaite. Si je continuais à prendre le somnifère, j'en subirais les effets secondaires et si j'arrêtais de le prendre, les intrusions s'intensifieraient.
Je suis heureux d'annoncer que j'ai pu arrêter de le prendre beaucoup plus facilement que je ne l'aurais cru. Cependant, je crains que ce ne soit le cas que parce que je commence à le prendre pendant ma saison de travail. Il se peut que je constate simplement un effet de l'épuisement mental de ces derniers mois et je dirais qu'il est exact que lorsque je me couche le soir, je suis simplement plus...fatiguée, je me sens plus épuisée que je ne l'aurais été pendant le reste de l'année.

C'est donc probablement un facteur. Ce qui m'inquiète, c'est que lorsque la saison morte arrivera et que les choses seront un peu plus calmes pour moi, l'activité augmentera à nouveau et je pourrais me retrouver dans une situation où je me sentirai obligé de reprendre régulièrement des somnifères. Je suppose que je devrai traverser ce pont quand j'y arriverai. Pour l'instant, je suis heureux d'annoncer qu'au moins la plupart des nuits, j'ai pu m'endormir assez facilement. Et je voudrais juste noter que j'ai observé que cet attachement à l'entité... la voix féminine, semble avoir cessé d'essayer de me perturber avec des sensations corporelles, du moins de manière importante. Elles sont toujours là pratiquement chaque nuit, mais elles ne semblent pas aussi délibérées et intentionnelles pour me perturber et m'empêcher de m'endormir comme elles le faisaient souvent dans le passé.

July 29, 2021

Après avoir mentionné hier qu'il me semblait ne pas avoir fait de rêves depuis un temps anormalement long, je peux vous dire que j'ai fait une sorte de rêve la nuit dernière, ou plutôt ce matin, devrais-je dire. J'ai fait un rêve assez court peu avant mon réveil. C'était probablement vers 6h30 du matin. Je suis convaincu qu'il s'agissait d'un rêve normal et qu'il n'était pas altéré de quelque façon que ce soit par l'entité attachée. D'une part, il m'a semblé être un rêve normal de par sa nature. Souvent, dans les rêves que je soupçonne d'être créés ou manipulés, j'entends aussi la ou les voix. Ces rêves ont aussi tendance à être plutôt désagréables dans leur contenu. Dans beaucoup de ces rêves, je suis poursuivie ou attaquée physiquement d'une manière ou d'une autre. Souvent, j'entends les voix se moquer de moi ou rire de moi.

On dirait souvent qu'elles veulent absolument que je sache qu'elles sont témoins de tout ce dont je suis témoin dans le rêve.... et que leur intrusion est essentiellement absolue. Dans le rêve que j'ai fait ce matin, je n'ai pas entendu de voix et même si je ne dirais pas exactement que

c'était un rêve agréable, il ne ressemblait en rien aux rêves de ces entités attachées. C'était un rêve sur mon travail... mon travail. C'était un rêve court et je ne me souviens déjà plus de tous les détails, mais je suis certain que le rêve était centré sur mon travail. Je me souviens de certaines scènes visuelles de celui-ci. Je préférerais ne pas rêver de mon travail, mais cela ne me surprend pas. Je dirais que c'est une autre indication que ce n'était qu'un rêve ordinaire.

Je dis cela parce qu'en ce moment, mon travail éclipse tout ce qui se passe dans ma vie. La raison en est que c'est la période la plus chargée de l'année pour moi, comme je l'ai mentionné, et que cette année est encore plus chargée et mouvementée que la plupart des autres en raison de la pandémie. Cela m'a conduit à ressentir une certaine anxiété récemment, ainsi qu'un sentiment d'épuisement mental général.
Cependant, j'ai également mentionné que cette situation a eu des conséquences positives. L'un de ces développements est que j'ai été tellement préoccupé et concentré sur la façon dont les choses se passent au travail que cela a éclipsé cet attachement à l'entité pour le moment. C'est certainement ce qui s'est passé.

Au cours de la dernière année et demie, la première cause d'anxiété et de stress dans ma vie professionnelle a été le stress. ma vie a été mon travail, et non le fait que je sois confronté à une sorte de situation d'attachement mystérieux. Cela peut paraître étrange pour certains, mais c'est la vérité. J'ai mentionné précédemment comment je me suis rendu compte que ce journal ici pourrait sembler étrange à quiconque le lit parce que je parle tellement de deux choses complètement différentes. D'une part, je décris mes expériences avec cette situation d'attachement à une entité, mais d'autre part, j'ai passé une bonne partie du temps à parler de la façon dont les choses se passent à mon travail ces jours-ci. J'admets que, la plupart du temps, je ne fais que me plaindre et me défouler. Mais je pense que cela n'est pas grave, les journaux peuvent certainement être utilisés à cette fin. J'ai également mentionné que, bien que je réalise que cela puisse sembler étrange, cela reflète en fait quelque chose de ma situation.... quelque chose de très significatif.

J'ai mentionné qu'une composante majeure de cette situation, depuis qu'elle a commencé en 2015, a été la lutte pour s'accrocher à mon monde quotidien tel que je l'ai connu. Je veux dire par là que j'ai lutté pour ne pas laisser cette situation d'attachement bouleverser ma vie. J'ai lutté pour garder mon travail... pour garder ma maison, pour ne pas permettre à la situation de changer ces choses. Ça n'a pas été facile, ça a été une véritable lutte. C'était beaucoup plus difficile pour moi au début, mais c'est toujours une lutte à ce jour. Encore une fois, j'ai surtout dû lutter pour ne pas laisser cette situation changer ma vie d'une certaine façon. Je lutte pour m'accrocher à mon univers personnel tel que je l'ai toujours connu.

Cependant, j'ai atteint un point aujourd'hui où je me rends compte que je dois essentiellement accepter que cette situation a changé ma vie d'une certaine façon et que, pour ma part, ...it pourrait m'être bénéfique si je change certaines choses par mes propres actions. Par exemple, s'il y a quelque chose en dehors de cette situation d'attachement qui me cause une énorme quantité de stress et d'anxiété, je dois en être conscient. Je pourrais me retrouver dans une situation où les choses commenceraient à régresser. Je crois que j'ai beaucoup progressé dans

la lutte contre ces intrusions, mais je dois être prudent car certains facteurs extérieurs à cette situation d'attachement peuvent m'affecter et me rendre plus vulnérable. Par exemple, je crois que le fait d'essayer de conserver, voire de renforcer, une vision positive de la vie dans le monde me serait certainement bénéfique pour faire face à cette situation. Mais s'il y a un facteur, tel qu'un travail qui me cause beaucoup de stress, même si cela a pu être la norme pour moi pendant de nombreuses années, en remontant avant que cette situation d'attachement n'ait jamais commencé en 2015, je dois peut-être admettre que ce n'est peut-être pas dans mon meilleur intérêt de m'accrocher aux choses telles qu'elles sont et telles qu'elles ont été.

Peut-être que certains changements sont nécessaires ici, mais ce sont des changements que je dois faire moi-même cette fois. C'est juste une chose à laquelle je pense beaucoup ces jours-ci. Je comprends pourquoi j'ai tant lutté pour m'accrocher aux choses telles qu'elles étaient, mais j'ai le sentiment qu'il est peut-être temps de changer le but de cette lutte. C'est quelque chose dont je suis sûr que je parlerai davantage dans les prochains journaux. Pour l'instant, je voulais simplement dire que je ne suis pas surprise que mon premier rêve, ou du moins le premier rêve régulier dont je me souvienne depuis longtemps, soit lié à mon travail. Je voulais également souligner que le fait que ce rêve se soit produit peu de temps avant mon réveil....ie : il s'est produit après que j'aie dormi pendant plusieurs heures. C'est quelque chose que j'ai observé depuis un certain temps maintenant comme étant une différence entre les rêves ordinaires et les rêves qui, je crois, sont créés ou manipulés par l'entité attachée.

Comme je le disais précédemment, j'ai observé que ces rêves se produisent souvent beaucoup plus près du moment où je tombe dans un état de sommeil, ou même un état de demi-sommeil. J'ai mentionné hier que j'ai eu un certain nombre d'expériences où j'ai eu l'impression d'être soudain… Je me suis retrouvé dans un rêve et j'ai eu l'impression que je ne dormais pas du tout et que je m'en rendais compte pendant que je faisais ce rêve. C'est un peu difficile à décrire, mais j'ai observé que c'est un schéma qui s'est répété au cours des dernières années. Mes rêves habituels ont tendance à se produire après que j'ai dormi pendant un certain temps... c'est-à-dire : .... quelques heures, alors que les intrusions oniriques semblent se produire pratiquement juste au moment où je commence à passer sur les rives du sommeil.

Oui, beaucoup de ces intrusions oniriques se sont produites alors que j'avais l'impression d'être dans un état de demi-sommeil. Cet état de demi-sommeil a été très significatif dans ma situation. Je l'appelle souvent la zone intermédiaire et, dans cet état, j'ai également ressenti les voix devenir beaucoup plus fortes ou les sensations physiques devenir beaucoup plus fortes. Ce qui s'est souvent passé, c'est que je vais me coucher le soir et que je vais entendre les voix et ressentir les sensations corporelles à un certain degré, mais dans l'ensemble, comparé aux autres nuits, cela peut sembler assez léger et je considère que c'est une bonne nuit. Cependant, au moment où il semble que je commence à m'endormir paisiblement, les choses s'intensifient. Les choses commencent à devenir intenses dès que je passe dans cette zone intermédiaire.

J'ai souvent dit que cette zone intermédiaire était "leur terrain" ..... "leur territoire". Il semble que dans cet état de conscience, ils peuvent me sembler beaucoup plus forts. Pourtant, je peux dire que les choses semblent assez stables pour l'instant. Je n'ai pas connu une de ces occasions où l'activité s'intensifie alors que je commence à dériver vers le sommeil depuis un certain temps. Comme je le disais hier, j'ai été surpris de la facilité avec laquelle j'ai pu cesser de dépendre des somnifères. Je n'en ai pas pris depuis des semaines maintenant et je m'endors très bien. Oui, cette voix féminine est toujours là la nuit, et je peux percevoir sa présence à travers les sensations physiques, mais il n'y a rien eu que je puisse classer comme une attaque depuis un moment.

J'espère que cette tendance va se poursuivre. Je ne suis pas certain que ce sera le cas lorsque les choses commenceront à se calmer au travail, lorsque je ne me coucherai plus le soir en me sentant mentalement épuisé. Je suis consciente que je ne suis pas encore sortie du bois, loin de là, mais je suis optimiste.

31 juillet 2021

C'est samedi soir, demain est mon jour de congé. J'ai l'intention de ne rien faire qui soit lié au travail demain. J'ai des choses à faire dans mon appartement que j'ai négligées depuis trop longtemps parce que j'ai été tellement préoccupé par le travail pendant cette saison chargée. Je pense que je vois peut-être des signes qui montrent que les choses commencent enfin à se calmer un peu au travail, juste un peu. La première partie de la semaine a commencé par être très mouvementée, ce qui est la norme ces derniers temps, mais ces derniers jours, les choses se sont un peu calmées. Je suppose que je vais devoir voir comment se passe la semaine prochaine.

Cependant, je me suis sentie assez épuisée cette semaine. Je pense que j'ai juste besoin de vacances ou de quelques jours de congé du travail. D'habitude, je me contente de traverser la saison chargée sans prendre de congés supplémentaires. Je ne prends presque jamais de congés supplémentaires. Pourtant, cette semaine, j'ai vraiment pensé que ce serait bien si je le faisais et j'en ai vu la valeur. Parfois, on a juste besoin de faire un pas s'éloigner de ce qui vous stresse et se reconnecter avec d'autres aspects de votre vie. Dans mon cas, c'est peut-être un peu plus difficile parce que l'autre aspect principal de ma vie est cette situation d'attachement à une entité. Cependant, je pense qu'à ce stade, je suis capable de profiter d'un peu de temps libre et de ne pas me laisser abattre plus que d'habitude.

Pour en revenir à la situation de cette voix féminine, cette semaine encore, je me suis retrouvé à penser un peu dans sa voix. Je sais que j'en ai déjà parlé dans un de mes autres journaux. C'est un phénomène malheureux ou peut-être devrais-je dire un effet secondaire qui s'est

développé depuis que tout cela a commencé pour moi. En gros, je suis bombardé par cette voix féminine, et cela peut se faire par n'importe quel moyen particulier, comme la façon dont j'ai décrit le fait d'entendre sa voix extérieurement, d'entendre sa voix intérieurement, ou d'entendre sa voix par ce qui me semble être une sorte de communication télépathique.

Comme je l'ai décrit, il est parfois difficile de ne pas répondre à cette voix d'une manière ou d'une autre, surtout lorsque je l'entends de cette manière plus interne ou télépathique, parce qu'elle semble venir à moi par la pensée ou par une certaine intrusion dans mon flux de pensées. Il est difficile de ne pas y répondre par mes propres pensées.

Les pensées et le processus de pensée ont été un aspect majeur de toute cette situation, depuis les premiers jours de 2015. J'ai beaucoup écrit à ce sujet et il y a beaucoup de choses dont je peux parler. Je savais depuis les tout premiers jours que ces entités avaient la capacité de se brancher sur mes pensées, de les entendre essentiellement. J'ai eu beaucoup de mal à gérer cela au début, et j'avoue que c'est encore le cas aujourd'hui, bien que j'aie réussi à le maîtriser au moins en partie. Pour moi, c'est l'un des aspects les plus envahissants de toute cette situation d'attachement.

En fait, j'ai l'impression qu'il n'y a pas de sanctuaire, qu'il n'y a aucun endroit où je peux aller pour éviter ces entités, elles peuvent même s'immiscer dans mes pensées. Au début, elles le faisaient plus simplement en faisant des commentaires sur ce que je pensais. Il me semblait qu'elles voulaient insister sur le fait qu'elles connaissaient la moindre de mes pensées, ou qu'elles avaient la capacité de connaître chacune de mes pensées. J'ai trouvé cela extrêmement violent. C'était très violent et intrusif d'une manière très interne.... d'une manière très psychologique. Ce n'était pas le genre de hantise que l'on peut voir dans un film ou dans une émission de télévision.

Ces hantises sont souvent plus externes (la possession pure et simple étant une exception bien sûr). Souvent, dans les films à thème paranormal, lorsqu'une sorte de hantise a lieu, elle est souvent externe, la personne perçoit des objets qui bougent ou voit des choses terrifiantes. Je suppose que c'est aussi une intrusion, mais ce que je vois rarement dans les films, c'est le sentiment d'intrusion dans l'esprit, la violation de l'esprit lui-même. Et oui, au début, tout ce que ces entités avaient à faire pour vraiment me perturber et me causer beaucoup de détresse était de faire des commentaires sur mes pensées.

Par exemple, je pensais à quelque chose et elles commençaient à s'en moquer ou à me le répéter... ou cette voix féminine semblait aimer dire "à quoi tu penses, bon sang ?".
A l'époque, ce n'était pas tant le fait qu'ils insèrent des pensées dans mon esprit. Autant que je m'en souvienne, je ne me rappelle pas que cela soit arrivé si souvent à l'époque, ou du moins je n'en étais pas conscient. Ce sur quoi elles semblaient se concentrer davantage, c'était de marteler dans mon esprit le fait qu'elles avaient accès à mon esprit, le sanctuaire de mes propres pensées. Au début, ces entités semblaient essayer de se présenter comme étant extrêmement puissantes, et j'ai passé beaucoup d'efforts et de temps au fil des ans pour contrer

cela en observant les choses que ces entités faisaient. entités ne peuvent pas faire et voir à travers cette illusion qu'ils aiment créer sur eux-mêmes.

Pourtant, je ne peux pas nier qu'elles ont une sorte de capacité télépathique qui dépasse de loin ma compréhension. Ce que j'ai essayé de faire, c'est de me désensibiliser et de continuer. Cela me dérange toujours que mes pensées soient surveillées et je lutte encore avec cela parfois, mais je suppose que je me suis endurci. Je l'accepte simplement comme faisant partie de la situation, et je continue.

Ce dont je veux parler ici, cependant, est quelque chose d'un peu différent de cela. Bien que je dirais que cela implique la pensée et mon propre processus de pensée. Parfois, lorsque j'entends cette voix féminine qui me parle, je me surprends à y répondre par mes propres pensées. Comme je l'ai dit, il m'est parfois très difficile de contrôler mes propres pensées. Plus encore, je me retrouve parfois à répondre à cette voix féminine par mes pensées, mais mes pensées sont dans sa voix.

Je ne sais pas pourquoi cela s'est produit, peut-être parce que je perçois tellement sa voix parfois, c'est un tel flux constant qui m'est projeté, que le son de sa voix est tout simplement ancré profondément dans mon esprit. Lorsque ces incidents se produisent, je finis par réaliser que je fais cela et je comprends que ce n'est pas une bonne chose du tout. C'est comme si j'aidais cette voix féminine à prendre encore plus de place dans mon champ de perception. C'est une chose à laquelle je dois faire attention, et je dirais à tous ceux qui vivent une situation similaire, si vous vous surprenez à faire cela, essayez d'y faire attention. C'est déjà assez pénible d'entendre des voix intrusives vous parler la plupart du temps, mais ce n'est qu'un comble si vous commencez à penser, si vos propres pensées commencent à traverser votre esprit avec la ou les mêmes voix. Je ne sais pas si c'est quelque chose que cette entité fait délibérément, peut-être..... Je ne peux pas l'exclure, mais j'ai plutôt l'impression qu'il s'agit d'une sorte d'effet secondaire du simple fait d'entendre et de percevoir sa voix au même degré que moi.

Une façon de contrer cela, je crois, est de continuer à développer la capacité à diriger mon attention sur d'autres choses, à détourner mon attention de la perception de cette voix. C'est une chose sur laquelle je travaille depuis les premiers jours. J'admets que je ne suis souvent pas aussi assidu à ce sujet que je devrais probablement l'être, mais je sens aussi que cette capacité a progressivement commencé à se développer d'elle-même.... presque instinctivement. En 2015, j'étais très inquiet de ne jamais pouvoir développer la capacité d'ignorer les voix ou de détourner mon attention des voix, elles étaient tout simplement trop fortes à l'époque. J'ai essayé de les ignorer intentionnellement, j'ai fait des efforts pour le faire, mais j'ai trouvé cela très difficile.

Puis, au fil du temps, j'ai remarqué que je devenais soudainement plus habile à le faire. Cela ne s'est pas produit parce que j'essayais intentionnellement de les ignorer avec plus de détermination, je crois que cela s'est produit davantage parce que j'ai cessé de croire ce que j'entendais dire par les voix, ou que j'ai cessé d'y accorder beaucoup d'importance. Maintenant,

je ne veux pas dire que je croyais tout ce que j'entendais dire par ces voix au début. Ce ne serait pas une déclaration exacte. Cependant, je n'ai pas non plus rejeté ce que je les entendais dire. J'ai été laissé avec cette perplexité troublante sur ce que j'entendais d'elles. Je ne savais pas s'ils disaient la vérité sur les choses qu'ils disaient ou non, et ce fait de ne pas savoir...... cette incertitude... est ce qui m'a beaucoup affligé. Mais avec le temps, et après avoir été exposé à d'innombrables tromperies et jeux d'esprit aux mains de ces voix, il semble que j'ai instinctivement commencé à considérer tout ce que j'entendais d'elles avec suspicion. Elles m'avaient intentionnellement trompé et joué des jeux d'esprit si souvent que je supposais que tout ce qu'elles disaient était une continuation de cela. C'est à peu près ce que je ressens encore aujourd'hui.

Je ne dis pas que cette voix féminine que j'entends ne me dit jamais la vérité, ou qu'elle ne me dit jamais la vérité sans une sorte d'intention sournoise, c'est juste qu'elle dit tellement d'autres déclarations qui sont clairement douteuses ou contradictoires, que je ne reconnaîtrais pas la vérité venant d'elle quand elle la dit. C'est comme essayer de trouver une aiguille de vérité dans une botte de foin de mensonges. Je ne dis pas cela comme une sorte d'accusation contre elle, c'est juste une observation. Aujourd'hui encore, elle continue à jouer à des jeux d'esprit et cela me paraît évident car ses déclarations se contredisent souvent. Un exemple de cela serait lorsqu'elle me parle de son identité. Lorsqu'elle fait certaines de ces affirmations, il est évident qu'elle fait encore volte-face, car elle ne peut pas être une chose et être une autre chose qu'elle prétend être en même temps, elle ne peut pas être les deux.... elle doit être l'une ou l'autre. Pourtant, elle continue à changer ses histoires.

Comme je l'ai mentionné précédemment, ne pas accorder de valeur à ce que j'entends de cette voix ou de toute autre voix que je peux entendre et que je considère comme ouvertement intrusive, a été une sorte de mécanisme de défense pour moi et je pense que cela m'a beaucoup aidé. Cependant, j'ai encore du travail à faire dans ce domaine. Penser mes propres pensées dans la voix de cette entité d'attachement n'est pas un bon signe. Cela signifie que je dois être plus attentif. Parfois, les intrusions elles-mêmes peuvent être plus subtiles, ou cachées, pas aussi évidentes qu'elles le sont à d'autres moments. Je crois que c'est le cas ici. Et comme je l'ai dit, il se peut même que ce ne soit rien de délibéré de la part de cette voix féminine, c'est juste un effet secondaire qui peut se produire si je ne fais pas attention à mon propre processus de pensée. Avant 2015, j'admets que je n'ai jamais beaucoup pensé ou jamais vraiment réfléchi en détail à mes pensées, ou au processus de pensée lui-même.

Je pensais à des choses et c'était tout. Je ne m'arrêtais pas et n'analysais pas vraiment comment je pensais et comment certaines pensées se retrouvaient dans ma tête. Mais je dois dire qu'une chose que cette situation a apportée dans ma vie est que j'ai certainement développé une plus grande conscience du processus de pensée lui-même...... comment je pense. Ce n'est pas nécessairement une mauvaise chose, mais cela m'a révélé que j'ai encore beaucoup de travail à faire dans ce domaine.

1er août 2021

C'est dimanche après-midi, c'est mon jour de congé. J'ai été tranquille, j'ai fait un peu de lecture. J'ai fait la grasse matinée, je me suis réveillée un peu plus tard, ce qui était agréable et nécessaire. C'est le début d'un nouveau mois. J'espère que les choses vont commencer à se calmer au travail maintenant que nous nous rapprochons de la fin de l'été. Je veux juste dire encore une fois que je me rends compte que je parle beaucoup de ma situation professionnelle dans ce journal et qu'en fait je m'en plains un peu, je sais. Comme je l'ai mentionné précédemment, en vérité, cela ne représente qu'un aspect de l'image globale de ma vie ces jours-ci. Mais aussi, cette année a été un peu plus difficile pour moi que la plupart des autres en ce qui concerne ma situation professionnelle. Je savais que ce serait une année difficile dès le départ. Hier, je me suis retrouvée à réfléchir une fois de plus à ce que je touchais l'autre jour....how j'ai juste pensé à la façon dont j'ai lutté depuis 2015 pour m'accrocher à ma vie telle qu'elle était, pour m'accrocher à mon monde quotidien tel que je l'ai connu. J'ai beaucoup réfléchi à cela récemment. Je me disais hier que j'avais peut-être fait la mauvaise chose même si je pensais que c'était pour la bonne raison. Je me demandais ce que se serait-il passé si les choses s'étaient passées différemment en 2015. Et si je n'avais pas été capable de résister aux voix au début et que j'avais vécu un effondrement plus important de mon monde quotidien. Et si mon monde quotidien s'était effondré et que j'avais perdu mon travail et que ma vie avait été fondamentalement juste bouleversée à un degré beaucoup plus important qu'elle ne l'était, je pensais que même si cela aurait été terriblement difficile pour moi à gérer (surtout à ce moment-là), peut-être qu'à long terme, ma vie aurait changé dans une plus grande mesure et que je ne me serais pas retrouvée dans la position dans laquelle je me trouve maintenant, c'est-à-dire épuisée mentalement par la monotonie de la même routine quotidienne que je vis depuis toutes ces années.

Peut-être que si les choses s'étaient effondrées pour moi en 2015, si tout le château de cartes s'était écroulé, même si j'avais dû tout reconstruire à partir de zéro, il en résulterait quelque chose de nouveau, quelque chose de différent, un changement profond et, au final, ce serait beaucoup plus à mon avantage.
Je ne fais que spéculer sur les choses qui auraient pu être ici. Je suppose qu'il n'y a peut-être pas de réponses à trouver avec tout cela. Ma réponse en 2015 a été essentiellement instinctive je pense. Je sentais que mon monde quotidien était menacé, alors je me suis battu pour m'y accrocher. Je suppose que ce que j'essaie de dire, c'est que mon monde quotidien en 2015 était loin d'être idéal. Mais je ne peux pas avancer l'excuse que 2015 a été le seul moment où il aurait pu y avoir un catalyseur pour des changements significatifs dans ma vie (à part l'arrivée des voix). Bien sûr, je pourrais simplement rassembler la motivation et chercher à changer ma vie à n'importe quel moment de la journée actuelle.

Mais je suppose que c'est là l'un de mes problèmes, trouver la motivation ces jours-ci, surtout pendant cet été d'épuisement.
Hier, j'étais sur Internet pour consulter un forum de discussion que je fréquente parfois. C'est un forum de discussion pour les personnes qui entendent des voix. Je me joins aux conversations de temps en temps, mais ce n'est pas souvent le cas ces derniers temps. Mais hier, j'ai vu l'un des habitués décrire quelque chose à propos de sa propre situation avec la voix qu'il entend qui m'a vraiment touché. Il a décrit comment il a essayé d'arriver à un accord avec la voix, de trouver une sorte de compromis où ils pourraient coexister pacifiquement, ou du moins quelque chose de proche de la paix dans son esprit. Pourtant, il a décrit comment, malgré cela, la voix ne s'arrête tout simplement jamais de bavarder, que le bavardage est constant. Il a dit quelque chose du genre : il lui semble que le bavardage constant semble être la chose préférée.... l'activité préférée de cette voix. Je pouvais vraiment comprendre cela et j'ai répondu en disant la même chose. Il a également déclaré qu'il ne s'attendait plus vraiment à ce que la voix lui laisse du temps pour lui. Mais il a mentionné que tout ce qu'il demandait vraiment à ce stade, c'était au moins quelques heures par jour où la voix s'arrêterait.

Malheureusement, quoi qu'il fasse, quoi qu'il demande, quels que soient ses espoirs, il ne semble pas que cette voix soit prête à abandonner ce bavardage constant. Je me trouve dans la même situation : cet individu entend des voix depuis quelques années maintenant, je crois depuis aussi longtemps que moi ou à peu près, et je l'ai vu mentionner qu'il avait développé la capacité de détourner son attention de la voix intruse la plupart du temps. Pourtant, c'est la même situation que la mienne, il sait juste que la voix est toujours là à jacasser. Tout comme moi, même s'il y a des moments où je ne perçois pas vraiment la voix parce que mon attention est fortement dirigée vers autre chose, je sais qu'elle est toujours là, et au moment où mon attention est dirigée vers autre chose, je sais qu'elle est toujours là. La concentration diminue un peu, mais je commence à capter le flot de paroles presque instantanément. C'est une chose qui me laisse toujours aussi perplexe dans la situation.... le niveau de bavardage constant. C'est là que je me demande parfois si, au moins la plupart du temps, il ne s'agit pas d'une sorte d'enchevêtrement télépathique où j'entends les pensées de cette entité en même temps que sa voix. Quand ce n'est pas l'un... c'est l'autre peut-être.

Oui, une chose avec laquelle j'ai pu vraiment me connecter à partir de ce que cette personne a écrit hier, c'est comment elle a décrit que la voix qu'elle entend ne semble pas vouloir céder de terrain sur ce sujet. Malheureusement, cela semble être la même chose pour moi dans mes rapports avec cette voix féminine que j'entends. Cela devient compliqué et frustrant pour moi car, d'un côté, je suis prête à essayer de trouver un arrangement avec cette voix, une sorte d'arrangement qui, même si je sais qu'il sera loin d'être parfait, sera quelque chose que je sens que je peux gérer et avec lequel je peux vivre. Récemment, cette voix féminine a fait des déclarations qui suggèrent qu'elle est prête à faire un effort pour aller dans cette direction. Cependant, je n'ai vu aucun signe... aucune indication qu'elle est prête à céder du terrain sur cet aspect le plus important du bavardage presque constant. Donc, je ne sais tout simplement pas quoi penser et souvent, je trouve que le fait d'y penser peut devenir assez épuisant, mais juste par sa nature même, il est difficile de ne pas y penser. Un autre cycle de cette situation se poursuit, je suppose.

2 août 2021

C'est le deuxième jour d'un nouveau mois, le mois d'août. Jusqu'à présent, il ne semble pas très différent. Aujourd'hui, au travail, c'était à peu près comme tout le mois de juillet. C'était modérément agité aujourd'hui, pas trop, mais pas vraiment calme et agréable non plus. J'ai décidé de conclure ce journal ici, d'en faire la dernière entrée. Ce ne sera probablement pas mon dernier journal, mais c'est ainsi que j'écris mes journaux en général, je ne les écris pas tout au long de l'année, j'ai cet élan de motivation pour enregistrer ce qui m'arrive et cela va rester avec moi pendant quelques semaines, mais ensuite cela commence à s'estomper. C'est en fait mon troisième journal de 2021.

Je ne sais pas pourquoi j'écris des journaux de cette façon, c'est juste ma façon de faire. Comme je l'ai mentionné, avant que tout cela ne commence pour moi, en ce qui concerne la situation d'attachement et les voix, je n'ai jamais tenu de journal de ma vie. Je trouve cela agréable et je pense que cela m'aide.... pour plusieurs raisons. La première est ..... Pour moi, c'est comme si je parlais à quelqu'un, que je partageais mes pensées et que je les déchargeais sur les autres. Il n'y a pas vraiment de personne dans mon entourage immédiat à qui je puisse parler de ces expériences, peut-être des problèmes liés au travail, mais pas des problèmes liés au fait d'entendre cette voix et de tout cet aspect des choses. Comme je l'ai mentionné, j'ai rencontré d'autres personnes à travers le monde qui ont eu des expériences similaires et qui continuent parfois à en avoir. Je reste en contact avec certains d'entre eux, mais ce n'est pas un contact direct... en personne. Nous correspondons par courriel ou par le biais des médias sociaux et c'est très bien ainsi. Cela a été quelque chose de très bénéfique pour moi. C'est bien d'être en communication avec quelqu'un qui sait ce que vous vivez, qui connaît vos expériences par sa propre expérience directe. Mais ces personnes ne sont pas toujours disponibles pour discuter, mais mon journal est toujours là pour moi.

Peut-être que ce n'est pas la même chose que de parler à quelqu'un, mais au moins pour moi, je pense que c'est quelque chose comme ça, c'est proche de ça. Je pense qu'il est très utile de se décharger de ses pensées, de ce qui se passe dans son esprit, surtout dans une situation comme celle-ci. Il peut être très facile de s'isoler dans une telle situation et d'après ce que j'ai observé, souvent ces voix veulent que cela se produise, elles veulent que l'individu qu'elles oppriment se retire du monde. Elles veulent que leur présence ait le plus d'impact et, dans de nombreux cas, qu'elle soit dominante. C'est quelque chose que j'ai observé, j'ai vu des récits où les voix disent aux gens de ne pas quitter leur maison et quand votre esprit est si épuisé et si confus par ce qui se passe, il est facile de tomber dans ce piège. J'admets que c'était l'une de mes premières réactions à la situation en 2015. Pendant un certain temps, je ne voulais aller nulle part, j'avais peur de paraître trop à côté de la plaque aux yeux des autres. Lorsque j'ai

commencé à sortir de cet état d'esprit, j'ai réalisé que lorsque j'étais en présence d'autres personnes, les voix avaient souvent tendance à être beaucoup plus faibles.

Parfois, je ne les entendais pas du tout. Il n'est donc pas bon de s'isoler, peu importe ce que disent les voix, ne les laissez pas vous isoler.... sortez et faites partie du monde. Je sais que ce n'est pas toujours facile, mais ça aide. C'est une lutte, mais en faisant cela, vous leur enlèverez du pouvoir.

Bref, j'ai décidé de conclure ce journal parce que je me sens dans le brouillard ces derniers temps (pour ainsi dire). Je ne sais pas ce que c'est, peut-être que j'ai juste besoin d'un bon congé du travail, mais il y a juste quelque chose qui ne va pas avec mon train de pensée en ce moment et je ne suis pas sûr que j'ai vraiment beaucoup plus à dire pour le moment. Encore une fois, je crois que ce n'est que temporaire, je vais sortir de ce marasme mental et très probablement revenir avec un autre journal, mais je dois juste me donner un peu de temps et laisser ce brouillard se dissiper de mon esprit.
J'espère que dans mon prochain journal, je ne me plaindrai pas autant de ma situation professionnelle.

Dans ce journal, c'était vraiment une question de timing, j'ai écrit ce journal pendant ma saison de travail, une année qui est plus chargée et plus mouvementée que la plupart des autres. Je sais donc que cela s'est répercuté sur l'écriture, mais comme je l'ai dit....this capture un aspect de la situation globale. Cette situation d'attachement a débordé sur pratiquement tous les aspects de ma vie d'une manière ou d'une autre, comment ne pas le faire ...., c'est si envahissant et si présent. Parler d'autres choses que ce que cette voix dit ou fait permet de saisir l'image plus large de ce qui se passe.

Pour ce qui est de ce qui se passe, pas grand chose en ce qui concerne la situation avec cette voix féminine. Je l'entends encore tous les jours. Je perçois toujours la présence de son bavardage pendant la majeure partie de la journée, je dirais, bien que je puisse passer quelques heures d'affilée sans vraiment le percevoir ou le percevoir. Cependant, il est toujours là. Ces deux derniers jours, j'ai entendu cette voix parler des anges assez souvent. Je ne saisis pas toujours tout le contenu de ses déclarations, mais j'en ai saisi une partie et je peux dire qu'elle parle d'anges. Cela n'a rien d'extraordinaire. L'un de ses thèmes majeurs dans toute cette situation, depuis 2015, a été les choses de nature religieuse. J'entendrai ce genre de choses de cette voix pendant un certain temps, mais ensuite le contenu changera de direction.

Par exemple, je peux entendre des propos de nature religieuse un jour, puis le lendemain, j'entends des choses qui semblent plus relever de la science-fiction ou quelque chose comme ça, parler d'extraterrestres et d'autres dimensions et des choses de ce genre. Comme je l'ai déjà dit, je ne m'attache pas aux termes, du moins j'essaie de ne pas le faire, car je crois qu'ils peuvent souvent se recouper à un certain point. Mais je ne sais pas vraiment quoi faire de ce que j'entends dire par cette voix quand je l'entends. C'est toujours ma propre politique personnelle où je le prends avec un grain de sel. Je ne le fais pas par dépit ou par colère. Comme je l'ai mentionné précédemment, j'ai appris à laisser aller ma colère envers cette voix,

mais juste pour moi-même, après avoir vécu ce que j'ai vécu et avoir entendu tant de jeux d'esprit de la part de cette voix et d'autres voix, tant de déclarations contradictoires allant dans des directions différentes, eh bien peut-être juste par instinct, je prends tout cela avec un grain de sel. Est-ce que j'aimerais pouvoir croire cette voix au moins parfois ? Probablement, du moins quand elle n'est pas ouvertement hostile envers moi. Pourtant, la recherche de la vérité dans ce genre de situation revient à errer dans le brouillard, semble-t-il.

Oui, j'aimerais pouvoir ressentir ou avoir l'impression que cet être .....this esprit est parfois sincère avec moi, et peut-être qu'il l'est, mais c'est juste trop mélangé avec tous les mensonges, les jeux d'esprit et tant d'autres choses. Pour le moment du moins, le brouillard de tout cela doit encore se dissiper complètement.

***